ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದ ಪಾತ್ರ ಒಂದು ಅಧ್ಯಯನ

ಕನ್ನಡ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯ ಹಂಪಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಅಧ್ಯಯನ
ಎಂ.ಫಿಲ್ ಪದವಿಗಾಗಿ ಸಾದರಪಡಿಸಿದ ಸಂಪ್ರಬಂಧ

ಸಂಶೋಧಕರು

ಕುಶಾಲಪ್ಪ ಗೌಡ.ಎಸ್

ನೊಂದಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ: KTSMDS - 00552

ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರು

ಪ್ರೊ॥ ಡಾ॥ ಗೋವಿಂದ ಭಟ್

2012

...ಕ ತಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ಸಂಶೋಧನಾ ಕೇಂದ್ರ ಬಲ್ಮಠ, ಮಂಗಳೂರು–575001

ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದ ಪಾತ್ರ ಒಂದು ಅಧ್ಯಯನ

ಕನ್ನಡ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯ ಹಂಪಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಅಧ್ಯಯನ ಎಂ.ಫಿಲ್ ಪದವಿಗಾಗಿ ಸಾದರಪಡಿಸಿದ

ಸಂಪ್ರಬಂಧ

ಸಂಶೋಧಕರು

ಕುಶಾಲಪ್ಪ ಗೌಡ.ಎನ್

ನೊಂದಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ: **KTSMDS - 00552**

ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರು

ಪ್ರೊ॥ ಡಾ॥ ಗೋವಿಂದ ಭಟ್

2012

ಕರ್ನಾಟಕ ತಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ಸಂಶೋಧನಾ ಕೇಂದ್ರ ಬಲ್ಮಠ, ಮಂಗಳೂರು–575001.

ಯೋಗ್ಯತಾ ಪತ್ರ

ಕುಶಾಲಪ್ಪ. ಗೌಡ. ಎನ್. ಕೆ ಅವರು ನನ್ನ ಸಲಹೆ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ "ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದ ಪಾತ್ರ– ಒಂದು ಅಧ್ಯಯನ" ಎಂಬ ಶೀರ್ಷಿಕೆಯ ಈ ಸಂಪ್ರಬಂಧವನ್ನು ಎಂ.ಫಿಲ್ ಪದವಿ ಪ್ರಾಪ್ತಿಗಾಗಿ ಹಂಪಿ ಕನ್ನಡ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಕ್ಕೆ ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕೆಂದು ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಸಂಪ್ರಬಂಧವು ಸಂಶೋಧಕರ ಸ್ವಂತ ಪರಿಶ್ರಮ, ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ, ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಸಂಗ್ರಹ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನೆಯ ಫಲಸ್ವರೂಪವಾಗಿದೆ. ಇವರು ಸಂಪ್ರಬಂಧದ ವಿಷಯವನ್ನು ಅಥವಾ ಇದರ ಯಾವುದೇ ಭಾಗವನ್ನು ಈ ಮೊದಲು ಯಾವುದೇ ಪದವಿಗಾಗಲಿ ಅಥವಾ ಇನ್ನಿತರ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿಯಾಗಲಿ ಬಳಸಿಕೊಂಡಿಲ್ಲ.

ಡಾ॥ ಗೋವಿಂದ ಭಟ್

ಸಂಶೋಧನ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರು,

ಕರ್ನಾಟಕ ತಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ಸಂಶೋಧನ ಕೇಂದ್ರ

ಬಲ್ಮಠ, ಮಂಗಳೂರು.

ಪ್ರಮಾಣ ಪತ್ರ

ಕನ್ನಡ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ ಹಂಪಿಗೆ ಎಂ. ಫಿಲ್ ಪದವಿಗಾಗಿ ಸಾದರಪಡಿಸಿದ **"ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದ ಪಾತ್ರ-ಒಂದು ಅಧ್ಯಯನ"** ಈ ಸಂಪ್ರಬಂಧವು ನನ್ನ ಸ್ವತಂತ್ರ ಕೃತಿಯಾಗಿದ್ದು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಯನದ ಫಲೋದಯವಾಗಿದೆ. ಮಂಗಳೂರಿನ ಕರ್ನಾಟಕ ತಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ಸಂಶೋಧನಾ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಡಾ॥ ಗೋವಿಂದ ಭಟ್ ಅವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿದ ಈ ಸಂಪ್ರಬಂಧವನ್ನು ಬೇರಾವುದೇ ಪದವಿ, ಡಿಪ್ಲೋಮಾ ಅಥವಾ ತತ್ಸಮಾನ ಉಪಾಧಿಗಳ ಪ್ರಾಪ್ತಿಗಾಗಿ ಅಥವಾ ಆರ್ಥಿಕ ಲಾಭಕ್ಕಾಗಿ ಇಡಿಯಾಗಿ ಅಥವಾ ಬಿಡಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಂಡಿಲ್ಲವೆಂದು ನಾನು ಈ ಮೂಲಕ ದೃಢಪಡಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಕುಶಾಲಪ್ಪ ಗೌಡ. ಎನ್

ಸಂಶೋಧಕರು

ಕರ್ನಾಟಕ ತಿಯೋಲಾಜಿಕಲ್ ಸಂಶೋಧನ ಕೇಂದ್ರ

ಬಲ್ಮಠ, ಮಂಗಳೂರು

ಕೃತಜ್ಞತೆಯ ನುಡಿಗಳು

ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದ ಪಾತ್ರ ಎಂಬ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಕೈಗೊಂಡು ವಾಸ್ತವಾಂಶಗಳನ್ನು ಹೊರತರುವ ಪ್ರಯತ್ನವೊಂದನ್ನು ಮಾಡತೊಡಗಿದೆ. ಈ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಂಗಳೂರಿನ ಎ.ಜೆ ಇನ್ಸ್ಟಿಟ್ಯೂಟ್ ಆಫ್ ಮ್ಯಾನ್ಯಜ್‌ಮೆಂಟ್‌ನ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ ಡಾ॥ ಗೋವಿಂದ ಭಟ್‌ರವರಿಂದ ಲಭಿಸಿದೆ. ವಸ್ತು ವಿಷಯಗಳ ರೂಪಾತ್ಮಕ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ, ಸಹಕಾರ ಹಾಗೂ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ಪ್ರಸ್ತುತ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ನನ್ನೊಡನೆ ಕೈ ಜೋಡಿಸಿರುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರಿಗೆ ನಾನು ಚಿರಋಣಿಯಾಗಿರುತ್ತೇನೆ.

ಹಂಪಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯಕ್ಕೆ ಸೇರಿಕೊಂಡು ಸಂಶೋಧನಾ ಕ್ಷೇತ್ರಕ್ಕೆ ಅಪಾರ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿರುವ, ಕರ್ನಾಟಕ ತಿಯೊಲಾಜಿಕಲ್ ಸಂಶೋಧನಾ ಕೇಂದ್ರ, ಬಲ್ಮಠ ಇದರ ನಿರ್ದೇಶಕರಾದ ಡಾ. ರತ್ನಾಕರ ಸದಾನಂದ ಹಾಗೂ ಸಂಯೋಜಕರಾದ ಶ್ರೀಯುತ ಎ.ವಿ.ನಾವಡರವರು ಸಂದರ್ಭೋಚಿತ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿರುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಅನಂತ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ಸಂಶೋಧನೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ವಿವಿಧ ಗ್ರಂಥಾಲಯಗಳಿಂದ ಪಡೆದುಕೊಂಡು ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಆಧಾರವನ್ನು ಒದಗಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ. ಸಹಕರಿಸಿದ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೆ ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು ಸಲ್ಲುತ್ತದೆ.

ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನೀಡಲು ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿದ ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಯಾದ ಶಾರದಾ ವಿದ್ಯಾಲಯದ ಸಂಚಾಲಕರಾದ ಪ್ರೋ. ಎಂ.ಬಿ ಪುರಾಣಿಕ್ ಹಾಗೂ ಲೂರ್ಡ್ಸ್ ಸ್ಕೂಲ್ (ಕನ್ನಡ ಮಾಧ್ಯಮ) ಬಿಜೈ, ಮಂಗಳೂರು ಇಲ್ಲಿಯ ಮುಖ್ಯ ಶಿಕ್ಷಕಿ ಸಿ॥ ಲೀನಾ ರೊಡಿಗ್ರಸ್ ರವರಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಸದಾ ಸಲುತ್ತದೆ.

ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ನೀಡಿ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಹಲವು ವ್ಯಕ್ತಿ ಹಾಗೂ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಸಹಕರಿಸಿರುವರು. ಅವರಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು ಸದಾ ಸಲ್ಲುತ್ತದೆ.

ಶಾರದಾ ವಿದ್ಯಾಲಯ ಮತ್ತು ಲೂರ್ಡ್ಸ್ ಸ್ಕೂಲ್‌ನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಸಂದರ್ಶನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ನೀಡಿದ ಸ್ಪಂದನ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಸ್ಫೂರ್ತಿಯನ್ನು ನೀಡಿದೆ. ಅವರಿಗೂ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

ನನ್ನ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಹಿಂದಿನಿಂದ ಬೆಂಬಲ, ಆತ್ಮ ವಿಶ್ವಾಸ ನೀಡಿ ಯೋಗ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ನೀಡಿದ ಮಂಗಳೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮಾನವ ಪ್ರಜ್ಞೆ ವಿಭಾಗದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಡಾ॥ ಕೆ. ಕೃಷ್ಣಶರ್ಮ ಇವರಿಗೂ ಧನ್ಯವಾದಗಳು.

ಪ್ರತಿ ಅಧ್ಯಾಯವನ್ನು ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿ ಕಂಪ್ಯೂಟರೀಕರಣಗೊಳಿಸಿ, ಸುಂದರವಾಗಿ ಪ್ರಿಂಟ್ ತೆಗೆದ ಕೋಹಿನೂರ್ ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ಸ್‌ರವರಿಗೆ ವಂದನೆಗಳು.

ಪರೋಕ್ಷವಾಗಿ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಯಶಸ್ವಿಗೆ ಸಹಾಯ ಹಸ್ತ ನೀಡಿದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ನನ್ನ ನಮನಗಳು.

ಕುಶಾಲಪ್ಪ ಜಿ. ಯನ್

ಸಂಶೋಧಕರು

ರೇಖಾಚಿತ್ರ

ಪ್ರಶಾವಳಿ

ಪ್ರಶ್ನೆ. ಸಂಖ್ಯೆ	ವಿಷಯ
1.	ವಯಸ್ಸು
2.	ತರಗತಿ
3.	ಕುಟುಂಬದ ಮಾಸಿಕ ಅದಾಯ
4.	ಲಿಂಗ
5.	ವಾಸ್ತವ್ಯ ವಿಳಾಸ
6 .	ಧರ್ಮ
7.	ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪರಿಸರ
8.	ಮೊದಲು ಯೋಗ ಅಭ್ಯಾಸದ ಅನುಭವ ಇತ್ತೆ
9.	ಯೋಗದ ಸೈದ್ಯಾಂತಿಕ ಜ್ಞಾನ ಇತ್ತೇ (ಯೋಗದ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇತ್ತೆ)
10.	ನೀವು ಯಾಕೆ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ
ಅ)	ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಾಧ್ಯ
ಆ)	ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಪಡಿಸಲು
ಇ)	ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿ
ಈ)	ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪನಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಲು
ಉ)	ಆಧ್ಯಾತ್ಮಕ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಲು
11.	ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯು ನಿಮ್ಮ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ.
12.	ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಿಂದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಗಮನಾರ್ಹ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಿದೆ ಎಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿದೆಯಾ
13.	ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಿದ್ದರೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಬದಲಾವಣೆ
ಅ)	ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ.

13.	ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಿದ್ದರೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಬದಲಾವಣೆ
ಅ)	ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ.
ಆ)	ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆಗುತ್ತಿದೆ.
ಇ)	ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿರತೆ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ.
ಈ)	ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪನಾಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಗೊಂಡಿದೆ.
ಉ)	ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.
14.	ಯೋಗ ತರಬೇತಿದಾರರ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯ
ಅ)	ಯೋಗ ಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳುಕೆ.
ಆ)	ಯೋಗ ಅಭ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ
ಇ)	ಸಂಶಯ ನಿವಾರಣೆಯ ಕುರಿತಾಗಿ
ಈ)	ಸಮಯ ಪಾಲನೆ ಸಮಯಪ್ರಜ್ಞೆ
ಉ)	ತರಬೇತಿಯ ಶೈಲಿ
15.	ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯು ಮಂದುವರಿದ ಅಭ್ಯಾಸವು ಅಗತ್ಯವೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿದೆಯ.
16.	ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕಿದರೆ ನೀವು ಭಾಗವಹಿಸುವಿರಾ
17.	ಇದೇ ರೀತಿಯ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಇತರರು ಭಾಗವಹಿಸಲು ಪ್ರೇರಕರಾಗುವಿರಾ.
18.	ಇದೇ ತರಬೇತಿದಾರರು ಮುಂದೆ ಆಯೋಜಿಸುತ್ತಿರುವ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವಿರಾ?
19.	ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಶಾಲೆ ಶಿಕ್ಷಣದ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಸೇರ್ಪಡೆ
20.	ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣವು ಒಂದು ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾದದ್ದು

ಪರಿವಿಡಿ

ವಿಭಾಗ	ವಿಷಯಗಳು	ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ
ಅಧ್ಯಾಯ–1	ಅಧ್ಯಯನದ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ, ಅಧ್ಯಯನದ ಉದ್ದೇಶ, ಅಧ್ಯಯನದ ವಿಧಾನ, ಅಧ್ಯಯನದ ವ್ಯಾಪ್ತಿ, ಗ್ರಂಥ ವಿಮರ್ಶೆ, ಅಧ್ಯಯನದ ಚೌಕಟ್ಟುಗಳು	1–10
ಅಧ್ಯಾಯ–2	ಅ) ಶಿಕ್ಷಣದ ಅರ್ಥ, ಶಿಕ್ಷಣದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ, ಶಿಕ್ಷಣದ ಉದ್ದೇಶ, ಶಿಕ್ಷಣ ವಿಧಗಳು, ಶಿಕ್ಷಣದ ಧ್ಯೇಯ, ಶಿಕ್ಷಣದಿಂದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಚಿಂತನೆಗಳು, ಆ) ಯೋಗ, ಯೋಗದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ, ಯೋಗದ ಮಹತ್ತ್ವ, ಯೋಗದ ವಿವಿಧ ಪ್ರಕರಣಗಳು, ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೂ ಯೋಗಕ್ಕೂ ಇರುವ ಸಂಬಂಧ	11–33
ಅಧ್ಯಾಯ–3	ರೇಖಾ ಚಿತ್ರಗಳು, ಶೇಕಡವಾರು ವಿಂಗಡನೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಇದೇ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆಯ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ, ಸ್ವಾರಸ್ಯ ವಿವರಣೆ	34–61
ಅಧ್ಯಾಯ–4	ಸಾರ, ಶೋಧನೆಗಳು, ಸಲಹೆಗಳು, ಮುಕ್ತಾಯ ಉಪಸಂಹಾರ.	62–67
ಅಧ್ಯಾಯ–5	ಉಪಯುಕ್ತ ಗ್ರಂಥಗಳ ವಿವರ ಯಾ ಪಟ್ಟಿ, ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿ, ಹಾಗೂ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸಿದ ಕ್ರಮ	68–76

ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ

ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮಾನವ ಸಮಾಜ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಪೂರಕವಾದ ಶಾರೀರಿಕ, ಮಾನಸಿಕ, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಹಾಗೂ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ಹಲವಾರು ಆಧುನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿಂದ ತಿಳಿದು ಬಂದಿರುತ್ತದೆ. ಭಾರತೀಯ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಭಾರತೀಯ ಪರಂಪರೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ವಿಶೇಷ ಜ್ಞಾನ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನವಾಗಿದ್ದು, ಇಂದಿನ ಯಾಂತ್ರಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಹೊಚ್ಚ ಹೊಸ ಜೀವನ ಕ್ರಮವಾಗಿದೆ.

ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಎಂಬುದು ಮಾನವ ಸಮಾಜದ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ನಿರ್ಣಯಿಸುವ ಒಂದು ಕ್ಷೇತ್ರ. ಶಿಕ್ಷಣ ಕೇವಲ ಓದು ಬರಹಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿರದೆ ಘುಟ್ಟಿನ ಹಿಂದಿರುವ ರಹಸ್ಯವನ್ನು ಅರಿತು ಜೀವಿತದ ಪ್ರತಿ ಏರು-ಇಳಿತಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಂಡು ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಸಾರ್ಥಕ ಜೀವನವನ್ನು ಪೊರೈಸುವ ಒಂದು ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಯಾಗಬೇಕು. ಶಿಕ್ಷಣವೆನ್ನುವುದು ಸಮಾಜ ಮುಖಿಯಾದಷ್ಟೂ ಮುಂದಿನ ಸಮಾಜವು ಸುಶಿಕ್ಷಿತವೂ ಸುಭದ್ರವು ಆಗುತ್ತದೆ. ಉತ್ತಮ ಸಮಾಜ ನಿರ್ಮಾಣವಾಗಬೇಕಾದರೆ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸಮಾಜಿಕ ಪ್ರಜ್ಞೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸುವುದು ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕವಾಗಿದೆ. ಯೋಗ ಒಂದು ಕಲೆ, ಯೋಗ ಒಂದು ವಿಜ್ಞಾನ, ಯೋಗ ಒಂದು ದರ್ಶನ, ಯೋಗ ಒಂದು ಜೀವನ ತತ್ವ, ಬದುಕಿಗೆ ಅಷ್ಟಾಂಗಯೋಗದ ಮೊದಲ ಎರಡು ಅಂಗಗಳಾದ ಯಮ ನಿಯಮಗಳೆರಡೂ ನೈತಿಕ ಹಕ್ಕಿನ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಯೋಗಾಸನಗಳ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಶುದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಯೋಗಭ್ಯಾಸವು ದೇಹದ ಎಲ್ಲಾ ಸ್ನಾಯುಗಳ, ಮಾಂಸಖಂಡಗಳ, ಗ್ರಂಥಿಗಳ, ಜೀರ್ಣಾಂಗಗಳ, ನರಮಂಡಲದ ಹಾಗೂ ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆಯ ಕಾರ್ಯ ಸುಗಮವಾಗಿ ನಡೆಯುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಶುದ್ಧಿಯಾಗಿ, ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಹಾಗೂ ರೋಗ ಗುಣಪಡಿಸುವ ಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತ್ಯಾಹಾರ, ಧಾರಣ, ಧ್ಯಾನ, ಸಮಾದಿಯ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಹಾಗೂ ದೇಹದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಶಕ್ತಿಯ (Cosmic Energy) ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸಿಗಳು ಸಮರ್ಥ ಸಾಧಕರಾಗುತ್ತದೆ.

"ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸನ್ನು ವಿಕೀಕರಿಸಿ ವಿಕಾಸ ಗೊಳಿಸುವ ಯೋಗದ ಕಡೆ ವಿಶೇಷ ಗಮನ ನೀಡಬೇಕಿದೆ. ವಿದ್ಯಾಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿ ಮತ್ತು ಪಠ್ಯ ಕ್ರಮ ತಯಾರಿಸುವ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಕಾರ್ಯ ಪ್ರವೃತರಾಗುತ್ತೇವೆ: ಎಂದು ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದೆ.

Nation Policy on Education 1996 as modified in 1992.

Part III

Yoga – (8.21 As a system , which a promotes an integrated development of body and mind, yoga will receive special attention. Efforts will be made to introduce yoga in all schools to this end, it will be introduced in teacher training courses).

Presently existing
Policy on Education
By G.O.I

Govt of India
Dept of Education
Ministry of human Resources
Development
New Delhi.

ಈ ಸರ್ಕಾರದ ಈ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆಯೊಂದಿಗೆ ದೇಹ ಮನಸ್ಸಿನ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಳಜಿಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಆಯಾಮಗಳಿಂದ ಯೋಗದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅರಿಯುವಂತಹುದಾಗದೆ.

"ಬೆಳೆಯುವ ಕುಡಿ ಮೊಳಕೆಯಲ್ಲಿ ನೋಡು" ಹಾಗೂ "ಇಂದಿನ ಮಕ್ಕಳೇ ಮುಂದಿನ ಪ್ರಜೆಗಳು" ಎಂದು ನಮ್ಮ ಹಿರಿಯರು ಹೇಳಿರುವ ನಾಣ್ಣುಡಿ ಇಂದಿನ ಸಮಾಜ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಸ್ತುತವಾಗಿದೆ. ಯುವ ಜನಾಂಗದ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಮತೋಲನವನ್ನು ಅಲುಗಾಡಿಸುವ ಅನೇಕ ಚಿತ್ರಣಗಳು ವಿವಿಧ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಮುಂದೆ ದಿನನಿತ್ಯ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಅಸಂತುಲಿತ

ಮನಸ್ಸಿನ ಸ್ಥಿತಿಗಳು ಅನೇಕ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪಿಡುಗುಗಳ ಹಾಗೂ ಮಾರಣಾಂತಿಕ ರೋಗಗಳು ಉಂಟಾಗಲು ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಈ ಎಲ್ಲಾ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಾರ್ಜನೆಗೆ ಅಡೆತಡೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ಕಾರಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಮಕ್ಕಳ ಉತ್ತಮ ಭವಿಷ್ಯವನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ ರೂಪಿಸುವುದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಆದ್ಯ ಕರ್ತವ್ಯವಾಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳು ಶಾರೀರಿಕವಾಗಿ, ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಸಂತುಲಿತವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಯೋಗ ಸಾಧನೆಯು ಮಾರ್ಗವಾಗುತ್ತದೆ. ಯೋಗಾಂಗ ಅನುಷ್ಠಾನದಿಂದ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ ಉತ್ತಮ ಪ್ರಜೆಗಳಾಗಿ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂದೇಹವೇ ಇಲ್ಲ.

ಪ್ರಸ್ತುತ ಅಧ್ಯಯನವು ಮಕ್ಕಳ ಸರ್ವಾಂಗೀಣ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯೊಂದಿಗೆ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಾಧ್ಯ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಸಾದರಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಧ್ಯಯನದ ಉದ್ದೇಶಗಳು

1) ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಪದ್ಧತಿಯ ಮಹತ್ತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಯುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದು.
2) ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯೊಂದಿಗೆ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡಲು ಯೋಗ ಸಹಕಾರಿ ಎನ್ನುವ ವಿಷಯವನ್ನು ಅರಿಯುವುದು.
3) ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಆರೋಗ್ಯದ ಮಹತ್ವವೇನು ಎಂದು ಅರಿಯುವುದರೊಂದಿಗೆ ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂದು ವಿಮರ್ಶೆಗಾಗಿ.
4) ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತ ನಾಗರಿಕ ಗುಣಗಳ ವಿಕಾಸ, ಸಾಮಾಜಿಕ, ನೈತಿಕ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಬೀಜಾಂಕುರ ಆಗುವಂತೆ ಯೋಗ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಸೇರ್ಪಡೆ ಅವಶ್ಯವೇ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವುದು.
5) ಭಾರತೀಯ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ವಿದ್ಯೆಯಲ್ಲೊಂದಾದ ಯೋಗದ ಅಭ್ಯಾಸ ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾದುದ್ದೆ, ಅಥವಾ ಸರ್ವಧರ್ಮದವರು ಅನುಷ್ಠಾನ ಮಾಡಬಹುದೇ ಎಂದು ಅರಿಯುವುದು.
6) ಸದಾ ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದ, ಉತ್ಸಾಹದಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪೂರಕವಾದ, ಮಕ್ಕಳ ಅಭಿರುಚಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾದ ಯೋಗ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಧಾನ್ಯತೆಯನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದು.
7) ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಯೋಗದ ಮಹತ್ತ್ವವನ್ನು ಅರಿಯುವ ಶಿಕ್ಷಣ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದು.
8) ಯೋಗ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅರಿಯುವುದು.
9) ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ ಯೋಗ ಪಟುಗಳು ನಿತ್ಯ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮಹತ್ತ್ವನ್ನು ಅರಿಯುವುದು.

ಅಧ್ಯಯನದ ವಿಧಾನಗಳು:

ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಅನುಮತಿಯನ್ನು ಪಡೆದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನೀಡಿ ಯೋಗದ ಮಹತ್ತ್ವವನ್ನು ಅರಿಯುವುದಗೋಸ್ಕರ ಪ್ರಸ್ತುತ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳವುದು

- ❖ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಅನುಮತಿ ಪಡೆದು ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನೀಡುವುದು.
- ❖ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಗ್ರಂಥಾಲಯದಿಂದ ಯೋಗ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಬರಹ, ಲೇಖನಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದು.
- ❖ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿ ಮೂಲಕ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು.
- ❖ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಯೋಗದ ಅಭ್ಯಾಸ ಅಗತ್ಯವಿದೆಯೇ ಎಂದು ಶಿಕ್ಷಕ –ಶಿಕ್ಷಕಿಯರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಸಂಗ್ರಹಿಸುವುದು.
- ❖ ಶಿಕ್ಷಣದ ಸಾಧನೆಗೆ ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣ ಅಗತ್ಯ ಎಂಬ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನಿಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವುದು. ಈ ಮೇಲಿನ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದ ಮಹತ್ತ್ವವನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಅಧ್ಯಯನದುದ್ದಕ್ಕೂ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಧ್ಯಯನದ ವ್ಯಾಪ್ತಿ:

ಪ್ರಸ್ತುತ ಸಂಶೋಧನಾ ಅಧ್ಯಯನವು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದ ಮಹತ್ತ್ವವನ್ನು ಅರಿಯಲು ವಿವಿಧ ಮಜಲುಗಳನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿದೆ.

Respondents ರವರ ವಯಸ್ಸಿನಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭಗೊಂಡು, ಕುಟುಂಬದ ಆದಾಯದ, ವಾಸ್ತವ್ಯದ ಕ್ಷೇತ್ರ, ಲಿಂಗ ಪ್ರಭೇದಗಳ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡುವುದರೊಂದಿಗೆ, ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಅವಶ್ಯಕತೆ, ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಆಗಬಹುದಾದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತವಾಗಿ ವಿವರಿಸುವ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ.

ಜೊತೆಗೆ ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣದ ಅಗತ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಯೋಗ ಹೊಂದಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ಅರಿಯುವ ತುಲನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸಲಾಗುವುದು.

ಅಧ್ಯಯನದ ಇತಿಮಿತಿ:

1. ಆಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಂಗಳೂರಿನ ಎರಡು ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸಿದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ಅಧ್ಯಯನದ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ.
2. ಅಧ್ಯಯನದ ಸಮಯ ವ್ಯಾಪ್ತಿ ತುಂಬಾ ಸೀಮಿತವಾದುದ್ದು ಈ ಸೀಮಿತ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ನಡೆಸುವುದು ಒಟ್ಟು ಫಲಿತಾಂಶದ ಮೇಲೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ.
3. ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯ ಮೂಲಕ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದೆ. ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಗೆ ನೀಡಿದ ಉತ್ತರಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮನೋಭಾವಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸುವುದು ಕಷ್ಟ.

ಈ ಇತಿಮಿತಿಗಳನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುವಂತೆ ನೇರ ಹಾಗೂ ಇತರ ಮೂಲಗಳಿಂದ ಮಾಹಿತಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲಾಗಿದೆ. ಹಾಗೂ ಯಾವುದೇ ವಿಷಯ ಅದಷ್ಟು ಪಾರದರ್ಶಕವಾಗುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ.

ಗ್ರಂಥ ಪರಾಮರ್ಶೆ

ಯಾವುದೇ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೂ ಗ್ರಂಥ ಪರಾಮರ್ಶೆಯೇ ಮೂಲ ಸಾಧನವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಧ್ಯಯಯನದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಂತದ ವಿಮರ್ಶೆ ಮಾಡಲು ಪೂರಕವಾದ ಸಾಧನವಾಗಿ ಗ್ರಂಥಗಳು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಸುತ್ತ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೂ ಪೂರಕವಾದ ಹಲವಾರು ಗ್ರಂಥಗಳ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವುದರೊಂದಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ, ಯೋಗ, ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ನಡೆದ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಅಧ್ಯಯನದ ಮೂಲ ವಿಷಯ ಯೋಗ ಮತ್ತು ಯೋಗ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಶೈಕ್ಷಣಿಕವಾದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಸಹಕಾರಿ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯುವುದಾಗಿದೆ ಇದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಹಿಂದೆ ನಡೆದ ಅಧ್ಯಯನದ ದಾಖಲೆಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸುವಾಗ ಬಹಳ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ನಡೆಯದಿದ್ದರೂ ಕೆಲವೊಂದು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯಗಳು ತನ್ನದೇ ಆದ ಮಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದ ದಾಖಲೆಯನ್ನು ತೋರ್ಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಮಂಗಳೂರು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಲ್ಲಿ 2004–05ರಲ್ಲಿ ಎಂ.ಎಸ್ಸಿ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದ ಕು॥ ಪ್ರಮೋದರವರು "ಯೋಗ ಮತ್ತು ಸಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಚಿಂತನೆಯಿಂದ ಜ್ಞಾಪನಾಶಕ್ತಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆ" ಎಂಬುದು ಶೀರ್ಷಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಪ್ರೌಢಶಲಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಿ ಹಲವಾರು ಯೋಗಾಸನಗಳ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ದೈಹಿಕ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವು ವೃದ್ಧಿಯಾಗಿದೆ. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪನಾಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಮ್ಮ ಪ್ರಬಂಧದಲ್ಲಿ ವಿಮರ್ಶಿಸಿಸಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದ್ದಾರೆ.

"The study on Improvement of General Intelligence through the yoga by Holistic view" By Promoda M.Sc student Mangalore University 2004-2005.

ಕೇಂದ್ರ ಸರಕಾರದ ಅಧೀನದಲ್ಲಿರುವ Control council for Research in Yoga & Naturopathy ತನ್ನ ಕ್ಲಿನಿಕಲ್ ಸಂಶೋಧನೆಯ ದಾಖಲೆಯಾದ Clinical research profile [1] "Yoga for Memory Development of School going children" ಎಂಬ ಶೀರ್ಷಿಕೆಯಲ್ಲಿ Dr. M. P Kausik ಎಂಬವರು ಆತ್ಮ ದರ್ಶನ ಸಾಧನ ಕೇಂದ್ರ, ದೆಹಲಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆ ನಡೆಸಿದ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ 87 ಮಂದಿ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದವರನ್ನು 87 ಮಂದಿ control group ಮಾಡಿ 15 ದಿನದ ತರಬೇತಿಕೊಟ್ಟು 4 ರೀತಿಯ ಜ್ಞಾಪನಾಶಕ್ತಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಈ ರೀತಿಯ ಸಾರವನ್ನು ಬರೆಯುತ್ತಾರೆ. "The result of their study showed regarding of efficiency of yoga practice (Integrated approach of yoga) as an effective tool for memory Development of students of young age.

1. Research Publication No. 2 "Clinical Research Profile" Published by Central Council for Research in Yoga & Naturopathy Janki Puri Newdelhi.

ಈ ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತವಾದ ಫಲಿತಾಂಶವೆಂದರೆ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಯೋಗ ಒಂದು ಸಾಧನವೆಂಬುದನ್ನು ತೋರ್ಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅಂತರ್ ಜಾಲದ ಮೂಲಕ WWW. Wikipedia ಮೂಲಕ ಮಹರ್ಷಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ವ್ಯವಹಾರ ಅಧ್ಯಯನ ವಿಭಾಗದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರಾದ Anna Brean ಪ್ರಕಟಿಸಿದ ಲೇಖನವಾದ "Effect of Transcendental Mediation on student" ಎಂಬ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ Caliternia standard ಮೂಲಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಗಣಿತ ಮತ್ತು ಇಂಗ್ಲೀಷ್ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಕೊಂಡರು ಈ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ 189 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿ ಅದರಲ್ಲಿ 125 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು Transcendental meditation ಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿ 64 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹಾಗಿ ರೂಪಿಸಿ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಈ ರೀತಿ ವಿಮರ್ಶಿಸುತ್ತಾರೆ. "Significant in movement in the average Math & English 40.7% students those who Practiced Transcendental meditation (T.M)"

ಯೋಗ ಮತ್ತು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಪೂರಕವಾಗುವ ಹಲವಾರು ವಿಮರ್ಶನಾತ್ಮಕ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಯೋಗ ತಜ್ಞರು ಬಿಡುಗಡೆ ಗೊಳಿಸಿದರು. ಅಂತಹ ಅಮೂಲ್ಯ ಗ್ರಂಥಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದಾದ ಖ್ಯಾತ ಯೋಗ ಗುರು ಬಿ.ಕೆ.ಎಸ್ ಅಯ್ಯಂಗಾರ್‌ರವರ "ಯೋಗ ದೀಪಿಕಾ"[2] ಹಲವಾರು ಯೋಗಾಸನಗಳು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂದು ಉಲ್ಲೇಖಿಸುತ್ತಾರೆ. ಉದಾ: ಶೀರ್ಷಾಸನವನ್ನು "ಜ್ಞಾನವಾಹಿನೀ" "ಕ್ರಿಯಾವಾಹಿನಿ" ಎಂಬಂತೆ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ ಜ್ಞಾಪನಾಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಚೈತನ್ಯಗಳ ಕೊರತೆಯಿಂದ ನರಳುವವರು ಈ ಆಸನವನ್ನು ತಪ್ಪದೆ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಬಿ.ಕೆ.ಯಸ್. ಐಯ್ಯಂಗಾರ್‌ರವರು ತಮ್ಮ "ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ದೀಪಿಕಾ"[3]ದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದಿಂದ ಗ್ರಹಣಶಕ್ತಿ, ಜ್ಞಾಪನಾಶಕ್ತಿಗಳು ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ದೇಹದ ಹಿತದಿಂದ ಬಿಡಿಸಿ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಅದು ಪ್ರಚೋದಿಸುತ್ತದೆ. ಆತ್ಮದ ಬೆಳಕನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ವಿವಿಧ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ಅಭ್ಯಾಸದ ಕ್ರಮದ ನಂತರ ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ.

---

2. "ಯೋಗ ದೀಪಿಕಾ" ಬಿ.ಕೆ.ಎಸ್. ಐಯ್ಯಂಗಾರ್‌ರವರ Light on Yoga ಆಂಗ್ಲ ಗ್ರಂಥದ ಅನುವಾದ. ಅನುವಾದಕರು ಪ್ರೊ ಬಿ. ಭೀಮಸೇನರಾವ್ ಪ್ರಕಾಶಕರು ವೀವೇಕಾನಂದ ಕೇಂದ್ರ ಪ್ರಕಾಶನ ಟ್ರಸ್ಟ್ 5, ಸಿಂಗರಾಚಾರಿ ಸ್ಟ್ರೀಟ್, ಚೆನ್ನೈ –05.
3. ಬಿ.ಕೆ.ಎಸ್ ಐಯ್ಯಂಗಾರ್ ರವರ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ದೀಪಿಕಾ, ಅನುವಾದಕರು ಕೆ.ಎಸ್. ನಾಗರಾಜ್, ಕೆ.ಎಸ್. ರಾಮಚಂದ್ರ, ಪ್ರಕಾಶಕರು, ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಿಂಧು ಪ್ರಕಾಶನ, 14/3 ನೃಪತುಂಗ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು–001.

ಯೋಗ ಸಾಧಕ ಅಜಿತ್ ಕುಮಾರರವರ "ಯೋಗ ಪ್ರವೇಶ"[4] ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಶಾಲಾ ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ಯೋಗ್ಯವಾದ ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣ ತಯಾರಾಗಬೇಕು. ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಯನ್ನಾದರೂ ಸೊಗಸಾಗಿ ಮಾಡಲು ಇಂದು ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಕೂಡಲೇ ಜಾರಿಗೆ ತರಬೇಕು. ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣದ ಮೂಲಕ ಜೀವನದ ಮೇಲ್ಪಂಕ್ತಿಯಿಂದ ಶಾರೀರಿಕ, ಮಾನಸಿಕ, ನೈತಿಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತಿಳಿಸುವ, ಶಿಕ್ಷಣವು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಬರಬೇಕೆಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ಸ್ವಾಮೀ ಪುರುಷೋತ್ತಮನಂದ ಶ್ರೀ ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಆಶ್ರಮ ಮೈಸೂರು ಇವರು ಬರೆದ "ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಾಗಿ"[5] ಎಂಬ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಶಿಸ್ತುಬದ್ಧ ಯೋಗಾಸನಗಳು ನರಮಂಡಲವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸುವುದಲ್ಲದೆ ಚುರುಕಾಗಿಸುವುದರಿಂದ ಅವು ಏಕಾಗ್ರತೆಗೆ ಬಹಳ ಸಹಾಯಕಾರಿ ಎಂದು ವಿವರಿಸುತ್ತಾರೆ.

4. ಯೋಗ ಪ್ರವೇಶ ಅಜಿತ್ ಕುಮಾರ. ಪ್ರಕಾಶಕರು ರಾಷ್ಟ್ರೋತ್ಥಾನ ಸಾಹಿತ್ಯ "ಕೇಶವ ಶಿಲ್ಪ" ಕೆಂಪೇಗೌಡ ನಗರ ಬೆಂಗಳೂರು-19.
5. ಸ್ವಾಮಿ ಪುರುಷೋತ್ತಮಾನಂದರ "ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಾಗಿ" ಪ್ರಕಾಶಕರು ಅಧ್ಯಕ್ಷರು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಆಶ್ರಮ ಯಾದಗಿರಿ ಮೈಸೂರು-19.

ಅಧ್ಯಯನದ ಚೌಕಟ್ಟುಗಳು:

ಪ್ರಸ್ತುತ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು 5 ಅಧ್ಯಾಯಗಳನ್ನ ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.

ಅಧ್ಯಯನ: 1ರಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಪ್ರಸ್ತವಾನೆ, ಸಂಶೋಧನೆಯ ಉದ್ದೇಶ, ಸಂಶೋಧನೆಯ ವಿಧಾನ, ಸಂಶೋಧನೆಯ ವ್ಯಾಪ್ತಿ, ಸಂಶೋಧನೆಯ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು, ಸಂಶೋಧನೆಯ ಇತಿಮಿತಿಗಳು, ಅಧ್ಯಯನದ ಚೌಕಟ್ಟು ಮತ್ತು ಗ್ರಂಥ ಪರಾಮರ್ಶೆ ದಾಖಲಿಸಲಾಗಿದೆ

ಅಧ್ಯಯನ 2ರಲ್ಲಿ ಅ) ಶಿಕ್ಷಣದ ಅರ್ಥ, ಶಿಕ್ಷಣದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ, ಶಿಕ್ಷಣದ ಉದ್ದೇಶ, ಶಿಕ್ಷಣ ವಿಧಗಳು, ಶಿಕ್ಷಣದ ಧ್ಯೇಯ, ಶಿಕ್ಷಣದಿಂದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಚಿಂತನೆಗಳು, ಶಿಕ್ಷಣದ ಬಗ್ಗೆ ಜ್ಞಾನಿಗಳ ಮಾತಿನ ವಿಶ್ಲೇಷನೆ.

ಅಧ್ಯಯನ 2ರಲ್ಲಿ ಆ) ಯೋಗ, ಯೋಗದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ, ಯೋಗದ ಮಹತ್ತ್ವ, ಯೋಗದ ವಿವಿಧ ಪ್ರಕರಣಗಳು, ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೂ ಯೋಗಕ್ಕೂ ಇರುವ ಸಂಬಂಧ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಅಧ್ಯಯನ 3ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಗೆ ಪೂರಕವಾದ ರೇಖಾ ಚಿತ್ರಗಳು, ಶೇಕಡವಾರು ವಿಂಗಡನೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಲಾಗಿದೆ. ಇದೇ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರಶ್ನೆಯ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ, ಸ್ವಾರಸ್ಯ ವಿವರಣೆ ಅಂತರಾರ್ಥ ನಿರೂಪನೆ ನೀಡಲಾಗುವುದು.

ಅಧ್ಯಯನ 4ರಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ಕಂಡುಬಂದ ಅಭಿಪ್ರಾಯ, ಶೋಧನೆಗಳು, ಸಲಹೆಗಳು, ಮುಕ್ತಾಯ ಉಪಸಂಹಾರ.

ಅಧ್ಯಯನ 5ರಲ್ಲಿ ಉಪಯುಕ್ತ ಗ್ರಂಥಗಳ ವಿವರ ಯಾ ಪಟ್ಟಿ, ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿ, ಹಾಗೂ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸಿದ ಕ್ರಮದ ವಿವರಣೆ.

ಅಧ್ಯಾಯ: ೨ ಶಿಕ್ಷಣ

ಶಿಕ್ಷಣದ ಅರ್ಥ: "ಆರೋಗ್ಯವಂತರಾದ ಮತ್ತು ತಿಳುವಳಿಕೆಯುಳ್ಳ ಒಂದು ಡಜನ್ ಶಿಶುಗಳನ್ನೂ, ಅವನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ನನ್ನದೇ ಕಲ್ಪನೆಯ ವಿಶೇಷ ಪ್ರಪಂಚ (ಪರಿಸರ)ವನ್ನೂ ಒದಗಿಸಿರಿ.ಆಗ ನಾನು ಯಾವುದೇ ಪೂರ್ವ ನಿರ್ಧಾರವಿಲ್ಲದೆಯೇ, ಅವರಲ್ಲೊಬ್ಬನನ್ನು ಆಯ್ದು ಅವನ ಪ್ರತಿಭೆಗಳು, ಒಲವುಗಳು, ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳು, ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು, ವೃತ್ತಿಗಳು, ಹಾಗು ವಂಶದ ಪರಂಪರೆಯು ಯಾವುದೇ ಇರಲಿ,ಆತನನ್ನು ನಾನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯನೋ,ನ್ಯಾಯಾವಾದಿಯೋ ಕಲಾವಿದನೋ, ವ್ಯಾಪಾರಿಯೋ,ಮುಖ್ಯಸ್ಥನೋ ಹೌದು, ಅಷ್ಟೇ ಏಕೆ ಭಿಕ್ಷುಕನೊ ಅಥವಾ ಕಳ್ಳನೋ ಆಗುವಂತೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡುವುದಾಗಿ ಭರವಸೆ ಕೊಡುತ್ತೇನೆ.ಎಂಬುದಾಗಿ ವರ್ತನಾವಾದಿ (Behaviourist)ಯಾದ ಜೆ.ಬಿ.'ವಾಟ್ಸನ್[1] ನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ.

'EDUCARE' ಎಂಬ ಲೆಟಿನ್ ಭಾಷೆಯ ಪದದಿಂದ 'EDUCATION' ಎಂಬ ಪದದ ವ್ಯುತ್ಪತ್ತಿಯಾಗಿದ್ದು, ಅದರ ಅರ್ಥ ತರಬೇತಿಗೊಳಿಸು, ತುರುಕು, ಬೋಧಿಸು ಎಂಬುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಹೊರಕ್ಕೆಳೆ, ಮುನ್ನಡೆಸು, ಎಂಬುದೂ ಆಗಿದೆ.

ನಾವು ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ನೋಡುವ ರೀತಿಗನುಗುಣವಾಗಿ 'ಶಿಕ್ಷಣ' ವೆಂಬ ಪದಕ್ಕೆ ಅನೇಕ ವ್ಯಾಖ್ಯೆಗಳುಂಟು. ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ವಿವರಣಾತ್ಮಕ (descriptive)ವ್ಯಾಖ್ಯೆಗಳು ಹಾಗು ಕ್ಲುಪ್ತ (normative) ವ್ಯಾಖ್ಯೆಗಳು ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯವಾದುವು.ವಿವರಣಾತ್ಮಕ ವ್ಯಾಖ್ಯೆಗಳು ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ (process) ಯನ್ನು ಕುರಿತು ವಿಚಾರಮಾಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಕ್ಲುಪ್ತ ವ್ಯಾಖ್ಯೆಗಳು ಶಿಕ್ಷಣಧ್ಯೇಯ (aims) ಗಳನ್ನು ಕುರಿತು ವ್ಯವಹರಿಸುತ್ತವೆ.

೧. ಎಸ್ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರನ್ ರವರ "ಶಿಕ್ಷಣದ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು" ವಿಕಾಸ ಪಬ್ಲಿಷಿಂಗ್ ಹೌಸ್ ಪ್ರೈವೆಟ್ ಲಿಮಿಟೆಡ್ ಬೆಂಗಳೂರು.

ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಒಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿ ಎರಡು ದೃಷ್ಟಿಕೋಣಗಳಿಂದ ಸಮಾಜವು ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಹಾಗೂ ವೈಯಕ್ತಿಕ ದೃಷ್ಟಿಕೋಣಗಳಿಂದ ಸಮಾಜವು ತಾನು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ತಲೆಮಾರಿನಲ್ಲಿ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕವಾಗಿ ಗಳಿಸಿಕೊಂಡುದನ್ನು ಮುಂದಿನ ತಲೆಮಾರಿಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿ ಶಾಶ್ವತತೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಬಯಸುತ್ತದೆ.ಇಲ್ಲವೆ, ಸಮಾಜದ ಮೂಲಕ ನಡೆಯುವ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮತ್ತು ವರ್ಗಾವಣೆಯ (transmission) ಧ್ಯೇಯ, ಇವೆರಡನ್ನೂ ಒಗ್ಗೂಡಿಸಿದಾಗ ಶಿಕ್ಷಣದ ಒಂದು ದೃಷ್ಟಿಕೋಣ ಮೂಡಿ ಬರುತ್ತದೆ.ಅದೆಂದರೆ , ಜನಾಂಗದ ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ಮಹತ್ವದ ಪಾತ್ರವಹಿಸಿದ ಹಾಗು ಇಂದು ವಹಿಸುತ್ತಿರುವ 'ಸಾಮಾಜಿಕ ವರ್ಗಾವಣೆ"(social transmission) ಆದುದಾಗಿದೆ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಯು ಪೌರಾತ್ಯರಿಗೆ ವಿಶಿಷ್ಟವಾದುದಾಗಿದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿರುವ ಜಾತಿ ಪದ್ಧತಿಯು ಇದರ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಬಳಕೆಗೆ ಎದ್ದು ತೋರುವ ದೃಷ್ಟಾಂತ(illustration) ವಾಗಿದೆ.

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಶಿಕ್ಷಣವು ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹಾಗು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಶಿಕ್ಷಣದ ಈ ಎರಡು ಮುಖಗಳನ್ನು ನಾವು ನೆನಪಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸಾಮಾಜಿಕ ಹಾಗೂ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮುಖಗಳು ಇವು ಪರಸ್ಪರ ಪೂರಕವೇ ಹೊರತು ವಿರುದ್ಧವಲ್ಲ. ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪಾರಂಪರ್ಯವಾಗಿ ಬಂದುದನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಒಂದಶವನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅಭಿವೃದ್ದಿಯು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದ್ದು ಮತ್ತು ಯೋಜಿಸಲಾಗದ್ದು ಎನ್ನಿಸುತ್ತದೆ, ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ಕಾಣುವ ತನಕ ಸಾಮಾಜಿಕ ವರ್ಗಾವಣೆಯು ಸಾದ್ಯವಿಲ್ಲದಾಗಿದೆ.ಹೀಗೆ ಶಿಕ್ಷಣವೆಂದರೆ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಹಾಗು ವೈಯಕ್ತಿಕ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರುವುದೇ ಆಗಿದೆ.

ಅಂತೆಯೇ, 'ಶಿಕ್ಷಣ'ವೆಂಬ ಪದವು

ಅ) ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತರುವ, ಒಂದು ನಿರಂತರ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಬ) ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹಾಗು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಒಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಕ) ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನ ಧ್ಯೇಯಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸುವ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಗಳಿಸಿದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಡ) ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ತನ್ನ ಭೌತಿಕ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪರಿಸರಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ತಾನು ಗಳಿಸಿ ರೂಢೀಸಿಕೊಂಡ ಕ್ರಿಯೆಗಳನ್ನು ಪುನರ್ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

ಯ) ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜನ್ಮಜಾತ (instinctive) ವರ್ತನೆಯು ಮಾನವೀಯ ವರ್ತನೆಯಾಗಿ ರೂಪಾಂತರಗೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ.

"ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮೈಗೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಜ್ಞಾನ-ಸಂಚಯವು,ತಾನೆ ರೂಡಿಸಿಕೊಂಡ ಜೀವನಾದರ್ಶಗಳ ಸಮೂಹವೂ ಮತ್ತು ಈ ಆದರ್ಶಗಳನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸಿ ಹೋಗಲು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಈ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೂ, ಇವಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಹಾಗೂ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯೇ ಶಿಕ್ಷಣ" ವೆಂಬುದಾಗಿ ವ್ಯಾಖ್ಯೆ ನೀಡಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಶಿಕ್ಷಣ ನಮ್ಮನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾದ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನೆರವೇರಿಸುತ್ತದೆ.ಮಾನಸಿಕ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ವಿಕಾಸಗೊಳಿಸುವುದೇ ಇದರ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಲುಪಿಸಿ ಚಾರಿತ್ರ್ಯವನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಂಪೂರ್ಣ ಮಾನವನ ವಿಕಾಸದ ಗುರಿಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. **"ಸ್ವಸ್ತ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸ್ವಸ್ಥ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದೇ ಶಿಕ್ಷಣದ ಗುರಿ."**ಶಿಕ್ಷಣದ ಕಾರ್ಯವೆಂದರೆ ಕೇವಲ ಯಾವುದಾದರೊಂದು ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಯುವಕರನ್ನು ನುರಿತವರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ; ತಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಯಾವುದೇ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸುವ ಸಂದರ್ಭ ಒದಗಿದಾಗ, ಅದು ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವಂತೆ ಅದನ್ನು ಮುಕ್ತ ಹಾಗೂ ಸಿದ್ಧವಾಗಿರಿಸುವೇ ಆಗಿದೆ".- ಲೋಕೆ(Locke)[೧] ಹೀಗೆನ್ನುತ್ತಾನೆ. ಹೀಗೆ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾದ, ಶುದ್ಧವಾದ, ಬಲಾತ್ಕಾರವಿಲ್ಲದ(inviolate) ಪವಿತ್ರವೆನಿಸಿದ ಶಕ್ತಿಯ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವೇ ಶಿಕ್ಷಣದ ಗುರಿಯೆನಿಸಿದೆ.

---

೧. ಎಸ್ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರನ್ ರವರ "ಶಿಕ್ಷಣದ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳು" ವಿಕಾಸ ಪಬ್ಲಿಷಿಂಗ್ ಹೌಸ್ ಪ್ರೈವೆಟ್ ಲಿಮಿಟೆಡ್ ಬೆಂಗಳೂರು.

ಮಾನವ ದೇಹ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯನ್ನು ತರುವುದೇ ಅದರ ಕಾರ್ಯ. ಮಾನವನ ಬೇಡಿಕೆಗಳ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಂತೃಪ್ತಿಯನ್ನು ಕಾಣುವುದೇ ಅದರ ಮುಖ್ಯ ಧ್ಯೇಯ ಶಿಕ್ಷಣವು ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತುಂಬುವ ಧ್ಯೇಯವನ್ನಷ್ಟೇ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರದೆ ಶಕ್ತಿಯ ವಿಕಾಸದ ಧ್ಯೇಯವನ್ನೂ ಇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು ಶಿಕ್ಷಕನು ದೂರದ ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಸಿದ್ಧ ವಸ್ತುವನ್ನಷ್ಟೆ ದಿಟ್ಟಿಸುವುದಲ್ಲದೆ, ಅಸ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಸದಾ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ವಿಕಾಸ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವ ತನ್ನ ಶಕ್ತಿಗಳ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಸಾಧಿಸುತ್ತಿರುವ ಶಿಷ್ಯನನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕಾದರೆ, ಶಿಕ್ಷಣವು ಶಿಷ್ಯ'ನ ಸಕ್ರಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕಡೆಗೆ ಗುರಿಯಿಡಬೇಕು.

ಶಿಕ್ಷಣವು ಮಾನವೀಯ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಅಂದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಶಾರೀರಿಕ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಮಾನಸಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಮಾನವನ ಸಮಗ್ರ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಸರ್ವಾಂಗೀಣ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಧ್ಯೇಯವನ್ನಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇವು 'ತರಬೇತಿ' ಮತ್ತು 'ಪರಿಸರ' ವೆಂಬ ಎರಡು ಮುಖ್ಯ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿವೆ.ತರಬೇತಿ ಮತ್ತು ಪರಿಸಂಗಳು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸೂಕ್ತ ಸ್ಥಿತಿ (condition)ಯನ್ನೊದಗಿಸುತ್ತವೆ, ಅಥವಾ ಅದನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತವೆ.ಶಿಕ್ಷಣವು ಸೂಕ್ತ ಪರಿಸರವನ್ನೊದಗಿಸುವುದರ ಕಡೆಗೆ ಗುರಿ ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಅದು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಸರ್ವತೋಮುಖ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುವಂತೆ, ಅದರಲ್ಲಿ (ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ) ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬುದ್ಧಿಗೆ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲು ಬೇಕಾದ ಘಟಕಗಳನ್ನೂ ಸೇರಿಸಬೇಕು.

ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ನಡುವಿನ ಈ ಸಂಬಂಧದ ಹಿನ್ನಲೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣವು ಯಾವ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು? ಶಿಕ್ಷಣವು ಮಗುವಿನ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಬೆಳಸಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಆತನನ್ನು ಸಮಾಜದ ಸದಸ್ಯತ್ವಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಬೇಕು ಶಿಕ್ಷಣದ ಈ ದ್ವಿವಿಧ ಕಾರ್ಯವು ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾದ ದ್ವಿಮುಖ ಪಾತ್ರಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೆಯಾಗುವಂತಿರಬೇಕು. ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿಯೂ ಸಮಾಜದ ಸದಸ್ಯನಾಗಿಯೂ ಒಬ್ಬನೇ ದ್ವಿಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾನೆ ಮತ್ತು ಅವನು ಅಥವಾ ಅವಳು ವಿವಿಧ ಗುಂಪುಗಳ ಸದಸ್ಯನಾಗಿ/ಳಾಗಿ ಅನೇಕ ಪಾತ್ರಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಶಿಕ್ಷಣವು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಂಬಂದಿಸಿದ್ದಾಗಿದೆ ಎಂಬ ಕಲ್ಪನೆ ನಮ್ಮ ಸಮಾಜದ್ದಾಗಿದೆ. ಇಂದು ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವೆಂದರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಭೌತಿಕ, ಸಾಮಾಜಿಕ,ಮಾನಸಿಕ, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕವಾದ ವಿಶಿಷ್ಟ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡದ್ದೆನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಈ ಹಿಂದೆ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿದಂತೆ, ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು

ಪರಸ್ಪರಾವಲಂಬಿಗಳು, ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯು ಆಂಶಿಕವಾಗಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪರಿಸರವನ್ನು ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ.ಈ ಸಂಯೋಗ (combination) ದಲ್ಲಿ ಪರಿಸರದ ಪ್ರಭಾವವು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಸಮಾಜದ ಜೀವನ ಕ್ರಮವನ್ನಲಂಬಿಸಿದೆ.ಮಾನವ ಪರಿಸರವೇ ಅತೀ ಮುಖ್ಯವಾದ ಪರಿಸರ – ಅಂದರೆ, ಅವನ ಸುತ್ತಲಿರುವ ಎಲ್ಲ ವಿಧದ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ವಯೋಮಾನದ ಜನರು ಮತ್ತು ಅವರು ಆತನ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಆತನ ಮೇಲೆ ಬೀರುವ ಪ್ರಭಾವ ಆದುದರಿಂದ ಶಿಕ್ಷಣವು "ಇಡಿಯ ಸಮಾಜದ ಒಂದು ಚಟುವಟಿಕೆಯಾಗಿದೆ" ಅಥವಾ ಶಿಕ್ಷಣವು "ವಾಸ್ತವವಾಗಿ, ಆ ಬದುಕನ್ನು ಬದುಕಲಿಕ್ಕೆ ಕಲಿಯುವುದು, ಎಂಬ ವಿಶಿಷ್ಟ ನಿಲುವಿನಿಂದಾಗಿ, ಇಡಿಯ ಸಮುದಾಯದ ಜೀವನ", ಶಿಕ್ಷಣವು ಮಗುವನ್ನು ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಹಾಗು ವೈಯುಕ್ತಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಮರ್ಥನನ್ನಾಗಿಸುವ ಧ್ಯೇಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ಪೌರದಕ್ಷತೆ(civic efficiency)ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಹೊಂದುವ ಧ್ಯೇಯವನ್ನು ಸಹ.

ಶಿಕ್ಷಣವು ಮಾನವ ಜನಾಂಗವನ್ನು ಜ್ಞಾನೋದಯ(enlightenment)ದ ಕಡೆಗೊಯ್ಯುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಉಳಿವಿನ ಕಷ್ಟಸಾಧ್ಯವಾದ ಸಾದನವಾಗಿದೆ. ಇದರರ್ಥವೆಂದರೆ, ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಬೌದ್ಧಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಪ್ರಮಾನ (criterion) ವಲ್ಲ ಬದಲಾಗಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಬುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಕೂಡ. ಆದುದರಿಂದ ವಿಮರ್ಶೆಯ ಅಭ್ಯಾಸವಿಲ್ಲದ ಶಿಕ್ಷಣವು ಅಪೂರ್ಣವೇ ಸರಿ.

ಶಿಕ್ಷಣವು ಭಾರತಕ್ಕೆ ಪರದೇಶದ ಆಮದಲ್ಲ. ಆರಂಭದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾಪ್ರೇಮವು ತನ್ನ ಮೂಲ (ಪ್ರವೃತ್ತಿ)ವಾಗಿರದ ಅಥವಾ ವಿದ್ಯೆಯು ತನ್ನ ಶಕ್ತಿಯುತವಾದ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಬೀರದೆ ಹೋದ ದೇಶವೊಂದಿರಲಾರದು. "ಚರಿತ್ರೆಯ ಯಾವುದೇ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಭಾರತವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅಜ್ಞಾನದ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಹಾದು ಹೋದುದಿಲ್ಲ. ಶಿಲೆಗಳು ಮತ್ತು ತಾಮ್ರ ಪತ್ರಗಳ ಮೇಲಿನ ಕೆತ್ತನೆಗಳು ದೇವಾಲಯಗಳ ತಾಳೆಗರಿ ದಾಖಲೆಗಳು ಮತ್ತು ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲೆಡೆ ಉತ್ಪಾದಿಸಲಾದ ಕಾಗದಗಳು ಇವೆಲ್ಲವುಗಳು, ಏಕ ಪ್ರಕಾರವಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನ ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಸರ್ವೇ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿದ್ದ ಬರವಣಿಗೆಯ ಕಲೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತವೆ."

ಆರ್ಯರು ಸಿಂಧೂ-ಗಂಗಾ ನದಿಗಳ ತಗ್ಗು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಸಿದ್ದಾಗ ಆರ್ಯರು ಬ್ರಾಹ್ಮಣ, ಕ್ಷತ್ರಿಯ, ವೈಶ್ಯ ಹಾಗು ಶೂದ್ರರೆಂಬ ನಾಲ್ಕು ವರ್ಗ(ವರ್ಣ)ಗಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮನ್ನು ಸಂಘಟಿಸಿಕೊಂಡರು.ಜನರ

ವರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ಕರ್ತವ್ಯಗಳ ಹಂಚಿಕೆಯಿಂದಾಗಿ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರು ಕಲಿಯುವ ಮತ್ತು ಕಲಿಸುವ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರು.ಕಲಿಸಲಿಕ್ಕಾಗಿ ಕಲಿಯುವುದು ಎಂದು ಹೀಗೆ ಸಮಾಜದ ಒಂದು ಸಮಗ್ರಭಾಗವೇ, ಜನರಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಕರಾಗುವಂತಾಯಿತು.ಇವರು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸಿದ ಶಿಕ್ಷಣ ಕ್ರಮವೇ ವೈದಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಕ್ರಮ. ಈ ಶಿಕ್ಷಣ ಕ್ರಮವು ಮಗುವನ್ನು ಶಿಕ್ಷಕನ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಹಾಗೂ ನಿರ್ದೇಶನಕ್ಕೊಳಪಡಿಸುವ, ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರಿಬ್ಬರಿಗೂ ಅನ್ವಯವಾಗುವಂತಹ ನೀತಿ ಸಂಹಿತೆಯೊಂದಕ್ಕೆ ಒತ್ತುಕೊಟ್ಟಿತು.ಮಗುವು ಶಿಕ್ಷಕನ ಕುಟುಂಬದ ಸದಸ್ಯನಾಗಿ ಬದುಕಬೇಕಾಗಿತ್ತು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ವಿಧದಲ್ಲೂ ಶಿಕ್ಷಕನಿಗೆ ಸೇವೆಸಲ್ಲಿಸಬೇಕಾಗಿತ್ತು. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ- ಜೀವನದ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಕನು ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗೆ ಹೀಗೆ ಸಲಹೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದನು.

"ಸತ್ಯವನ್ನು ನುಡಿ, ಸದ್ಧರ್ಮ ನಿರತನಾಗು. ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಬೇಡ. ಶಿಕ್ಷಕನಿಗೆ ಸುಂದರವಾದ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ನೀಡು.ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಯ ಸಾಲನ್ನು ಕಡಿದುಹಾಕಬೇಡ. ಗೃಹಸ್ಥನಾಗು ಮತ್ತು ನಿನ್ನಪೀಳಿಗೆಯು ನಾಶ ಹೊಂದದಿರಲಿ. ಸತ್ಯದಿಂದ ವಿಮುಖನಾಗಬೇಡ ಸದ್ಗುಣಗಳಿಂದ ವಿಮುಖನಾಗಬೇಡ.ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಪಥದಿಂದ ವಿಮುಖನಾಗಬೇಡ ಯಾವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು ಅದನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಬೇಡ ಅಧ್ಯಯನ ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಾಪನಗಳನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಬೇಡ (ವೇದಗಳು) ದೇವರು ಮತ್ತು ಹೆತ್ತವರಿಗೆ ನಿನ್ನ ಕರ್ತವ್ಯವೇನಿದೆಯೋ ಅದನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸದಿರು."

ವೇದಕಾಲದಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣವು ನಿಶುಲ್ಕವಾಗಿದ್ದು ಬೇಕೆಂಬವರಿಗೆಲ್ಲರಿಗೂ ದೊರೆಯುವಂತಿತ್ತು ಮತ್ತು ಅದು ದೇಶದ ಆಳರಸರಿಗೆ ನೇರವಾಗಿ, ಯಾವುದೇ ವಿಧದಿಂದ ಸಂಬಂಧಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಬ್ರಾಹ್ಮಣರೇ ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತಿದ್ದ ವಿಷಯವು ಅದಾಗಿತ್ತು.ಶಿಕ್ಷಕರು ತಮ್ಮ ಮತ್ತು ಅವರಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದ ಶಿಷ್ಯರು ಜೀವನ ನಿರ್ವಹಣೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಾವಲಂಬಿಗಳಾಗಿದ್ದರು. ಅವರು, ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಜನರ ಸದ್ಭಾವನೆಯಿಂದ ಬದುಕಿದ್ದು ಅವರು ನೀಡುವ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಪ್ರಭಾವಿತರಾಗುತ್ತಿದ್ದರು.ಶಿಕ್ಷಕರು ಅತ್ಯುನ್ನತವಾಗಿ ಗೌರವಿಸಲ್ಪಡುತ್ತಿದ್ದರು.ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ, ವಸಿಷ್ಠ ಮತ್ತು ನಂದರಂತಹ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ ಶಿಕ್ಷಕರು ಬಂದಾಗ ಅವರನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಲು ರಾಜರುಗಳೂ ಎದ್ದು ನಿಲ್ಲುತ್ತಿದ್ದರು.

ವೇದಕಾಲದಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣವೆಂದರೆ:

೧) ಬೆಳಗಿಸುವುದು (illumination)

೨) ಉತ್ತಮಪಡಿಸುವಿಕೆಯ ಮಾಧ್ಯಮ

೩) ಶಾರೀರಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣವು ಕೇವಲ ಪುಸ್ತಕದ ಅಧ್ಯಯನ ವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ.ಶಿಕ್ಷಣವು (ಶಿಷ್ಯನ)ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಹರಿತಗೊಳಿಸುವ ಉಪಕರಣವಾಗಿತ್ತು.

ಡಾ// ಎ ಎಸ್. ಅಟೇಕರ್‌ರವರು ಪ್ರಾಚೀನ ಅಥವಾ ವೇದಕಾಲದ ಶಿಕ್ಷಣದ ಆರು ಧ್ಯೇಯಗಳನ್ನು ಹೀಗೆ ಪಟ್ಟಿಮಾಡಿದ್ದಾರೆ :

೧. ದೈವಭಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಧಾರ್ಮಿಕತೆಯನ್ನು ತುಂಬುವುದು

೨. ಚಾರಿತ್ರದ ನಿರ್ಮಾಣ

೩. ಪೌರ ಹಾಗೂ ಸಾಮಾಜಿಕ ಕರ್ತವ್ಯಗಳು- ಅವುಗಳನ್ನು ಮನದಟ್ಟು ಮಾಡಿಸುವುದು

೪. ಸಾಮಾಜಿಕ ದಕ್ಷತೆ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದು

೫. ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವದ ಬೆಳವಣಿಗೆ

೬. ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಪ್ರಸಾರ

ಮಧ್ಯಯುಗ (Mediaeval) ದ ಶಿಕ್ಷಣ

ಮಧ್ಯಯುಗ ಶಿಕ್ಷಣವೆಂದರೆ "ಮುಸಲ್ಮಾನೀ ಶಿಕ್ಷಣ" ವೆಂದು ಭಾವಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದು ನಿಜವಲ್ಲ, ಮಧ್ಯಯುಗವನ್ನು ಎರಡು ಹಂತಗಳಾಗಿ ವಿಭಾಗಿಸಲಾಗಿದೆ. ಮಧ್ಯಯುಗದ ಹಿಂದೂ ಶಿಕ್ಷಣ ವಿದೆ, ಜೊತೆಗೆ ಮಧ್ಯ ಯುಗದ 'ಮುಸಲ್ಮಾನೀ ಶಿಕ್ಷಣವೂ ಇದೆ. ಮೊದಲನೆಯದರ ಕಾಲ (ಮಧ್ಯ ಯುಗದ ಹಿಂದೂ ಕಾಲ)ವು ಸರಿಯಾಗಿ ಕ್ರಿ.ಶ ೬೪೭ರಲ್ಲಿ ಆರಂಭಗೊಂಡು ಕ್ರಿ.ಶ.೧೨೦ರಲ್ಲಿ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಎರಡನೆಯದರ ಕಾಲವು ಕ್ರಿ.ಶ. ೧೨೦೦ ರಲ್ಲಿ ಭಾರತಕ್ಕೆ ಬ್ರಿಟಿಷರ ಆಗಮನದ ಕಾಲದಿಂದ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಿಕ್ಷಣದ ಧ್ಯೇಯಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ಅಂಶಗಳು

ಶಿಕ್ಷಣದ ವಿಸ್ತರಣೆ (diffusion)ಯಲ್ಲಿ ಕುಟುಂಬದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಂದಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಮನೋಭಾವನೆ (primary attitude)ಗಳು ಮನೆಯಲ್ಲೇ ರೂಪಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆ ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ ನಮ್ಮ ಬಹುಭಾಗ ಯಶಸ್ಸು ನಮ್ಮ ಮನೆಯ ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ವಾತಾವರಣ ಮತ್ತು ಉತ್ತೇಜನ (stimulation)ವನ್ನವಲಂಬಿಸಿದೆ.

ಅಂತೆಯೇ ಸಮುದಾಯ (community)ವು ಸಹ ಜ್ಞಾನದ ವಿಸ್ತರಣೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಕೆಲವು ಸಮುದಾಯಗಳು ಶಿಕ್ಷಣದ ಪರಂಪರೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಮತ್ತೆ ಕೆಲವು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಚಿಕ್ಕದಾದ ಕೃಷಿಕ ಸಮುದಾಯಗಳು ಶಿಕ್ಷಣವು ಅಗತ್ಯವಾದುದೆಂದು ಭಾವಿಸದಿರಬಹುದು. ವಿಶಾಲವಾದ ನಗರ ಪ್ರದೇಶಗಳ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ, ಅಲ್ಲಿನ ಪುಸ್ತಕಭಂಡಾರಗಳು, ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳು, ವಸ್ತುಸಂಗ್ರಹಾಲಯಗಳು ಬೌದ್ಧಿಕ ಹಾಗೂ ಸೌಂದರ್ಯ ಪ್ರಜ್ಞೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿವೆ. ಅನೇಕ ಚಿಕ್ಕ ಸಮುದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಈ ರೀತಿಯ ಸನ್ನಿವೇಶದ ಕೊರತೆ ಇರುವುದರಿಂದ, ಅವು ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ಸಂಕುಚಿತತೆಯ ಕಡೆಗೆ ವಾಲುತ್ತವೆ.

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು, ಬಹಳಷ್ಟು ಮಟ್ಟಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತವೆ. ರಷ್ಯಾ ದೇಶದಲ್ಲಿ (ಈ ಹಿಂದೆ) ನಿರಂಕುಶ ಪ್ರಭುತ್ವಕ್ಕೆ ಒತ್ತುಕೊಟ್ಟಿದ್ದರೆ ಸಂಯುಕ್ತ ರಾಜ್ಯ ಅಮೇರಿಕಾವು ಪ್ರಜಾಪ್ರಭುತ್ವದ ಚಿಂತನೆಗಳಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿತು. ದಕ್ಷಿಣ ಅಮೇರಿಕಾದ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣದ ಮೇಲೆ, ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಲ್ಲವಾದರೂ, ಅನೇಕ ಬಾರಿ (ಕ್ರೈಸ್ತ) ಧರ್ಮೀಯ ನಿಯಂತ್ರಣವಿದ್ದಿತ್ತು. ಇತ್ತ ಸಂಯುಕ್ತ ರಾಜ್ಯ

ಅಮೇರಿಕಾದಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪದ್ಧತಿಯು ರಾಜ್ಯ (ಸರ್ಕಾರ) ಮತ್ತು ಚರ್ಚ್ (ಧರ್ಮ)ನಿಂದ ದೂರವೆಂಬ ತತ್ವದ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿಸಿದೆ.

ಒಂದು ದೇಶದ ಆರ್ಥಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಆ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಪಾತ್ರವನ್ನು ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಬಂಡವಾಳಶಾಹಿ (capitalism) ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಖಾಸಗೀ ರಂಗದ ಆಧಾರವನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಂದೆಡೆ ಫಾಸಿಸ್ಟ್ ಅರ್ಥ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯ (ಸರ್ಕಾರ) ವು ಶಿಕ್ಷಣದ ಎಲ್ಲ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಾನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತದೆ; ಖಾಸಗೀ ರಂಗದ ಪಾತ್ರವು ಅತ್ಯಂತ ಮಿತ ಪ್ರಮಾಣದ್ದಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ತಾತ್ಪೂರ್ತಿಕ ಗುರಿಗಳು (Tentative Goals)

ಶಿಕ್ಷಣದ ಧ್ಯೇಯಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುವ ಅನೇಕ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ನಡೆದಿವೆ. ಸನ್. 1918ರಲ್ಲಿ ಅಮೇರಿಕಾ ಸಂಯುಕ್ತ ರಾಜ್ಯ ಮಾಧ್ಯಮಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಪುನರ್‌ಸಂಘಟನಾ ಆಯೋಗವು ಶಿಕ್ಷಣದ ಮೂಲಭೂತವಾದ ಏಳು ಗುರಿಗಳ (basic goals)ನ್ನು ಬೊಟ್ಟುಮಾಡಿ ತೋರಿಸಿತು:

- ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ
- ಮೂಲಭೂತ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣ
- ಯೋಗ್ಯ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಸದಸ್ಯತ್ವ
- ವೃತ್ತಿ ಸಂಬಂಧವಾದ ದಕ್ಷತೆ
- ಪೌರ ದಕ್ಷತೆ
- ವಿರಾಮಕಾಲದ ಸದುಪಯೋಗ
- ನೈತಿಕ ಚಾರಿತ್ರ್ಯ

ಸನ್. 1933ರಲ್ಲಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಘದ ಸಮಿತಿಯ ಶಿಕ್ಷಣದ ಮೂಲಕ ಸಾಮಾಜಿಕ-ಆರ್ಥಿಕ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸ್ಪಷ್ಟಪಡಿಸಿತು. ಲಿಯೋನ್ ಸಿ.ಮಾರ್ಶೆಲ್, ರೋಬರ್ಟ್, ಸಿ. ಮೂರೆ, ಎಡ್ವರ್ಡ್ ಎ. ರೋಸ್ಸ್, ಜಾನ್ ಡ್ಯೂಯೀ ಮತ್ತು ಫ್ರೆಡ್ ಜೆ.ಕೆಲ್ಲಿ ಇವರುಗಳು ಸಮಿತಿಯ ಸದಸ್ಯರಾಗಿದ್ದರು. ಆಯೋಗದ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ ಈ ಕೆಳಗಿನ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಬೇಕಾಗಿತ್ತು.

ಅನುವಂಶೀಯ ಬಲ

ಶಾರೀರಿಕ ಭದ್ರತೆ

ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ನಾಗರಿಕತೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದು

ಅ) ಕೌಶಲ್ಯ ಹಾಗೂ ತಂತ್ರಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ

ಬ) ಮೌಲ್ಯಗಳು, ಮಟ್ಟಗಳು ಮತ್ತು ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದ ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ

ಗತಿಶೀಲ (dynamic)ಹಾಗೂ ಸನ್ನಿವೇಶಕ್ಕೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ(flexible) ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ:

ಅ) ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಮುಂದಡಿ ಇಡುವಿಕೆ (initiative)

ಬ) ದೃಷ್ಟಿಕೋಣಗಳ ತಾರತಮ್ಯ ನಿಷ್ಕರ್ಷೆ ಮತ್ತು ಆಯ್ಕೆ

ಕ) ವಿಚಾರ ಮತ್ತು ನಡೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ

ಡ) ವ್ಯಕ್ತಿ ಭಿನ್ನತೆಗಳು

ಯ) ಸಹಕಾರದ ಅಗತ್ಯತೆ, ಸೂಕ್ತ ಉದ್ಯೋಗ, ಆರ್ಥಿಕ ಭದ್ರತೆ, ಮಾನಸಿಕ ಭದ್ರತೆ, ಸಮಾನಾವಕಾಶ

ಸ್ವಾತಂತ್ರ, ನ್ಯಾಯಪರತೆ (fair play)

ಅಮೇರಿಕಾ ಸಂಯುಕ್ತ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ 1938ರಲ್ಲಿ 'ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಧ್ಯೇಯ ಧೋರಣೆಗಳ ಆಯೋಗ'ವು 'ಅಮೇರಿಕನ್ ಪ್ರಜಾಪ್ರಭುತ್ವದಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣದ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಕುರಿತು ಒಂದು ವರದಿಯನ್ನು ಬಹಿರಂಗ ಪಡಿಸಿತು. ಈ ವರದಿಯು ನಾಲ್ಕು ಮುಖ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳ ಮೇಲೆ ಕೇಂದ್ರಿಕೃತವಾಗಿದೆ.

1. **ಆತ್ಮ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ:** ಶೋಧಕ ಮನಸ್ಸು: ಮೂಲಭೂತ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳ ಮೇಲೆ ಸ್ವಾಮಿತ್ವ; ಮಾತು; ಓದು; ಬರೆಹ; ಗಣಿತ; ದೃಷ್ಟಿ ಮತ್ತು ಆಲಿಸುವಿಕೆ; ಆರೋಗ್ಯ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಅಭ್ಯಾಸಗಳು; ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ಅಸಕ್ತಿ; ಮನರಂಜನೆ; ಬೌದ್ಧಿಕ ಹಾಗೂ ಸೌಂದರ್ಯ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತಿ; ಚಾರಿತ್ರ್ಯ ನಿರ್ಮಾಣ; ಮೊದಲಾದವು.

2. **ಮಾನವೀಯ ಸಂಬಂಧಗಳು:** ಮಾನವೀಯತೆಗೆ ಗೌರವ; ಮಿತ್ರತ್ವ ಸಹಕಾರ; ಸೌಜನ್ಯ; ಮನೆಯನ್ನು ಮೆಚ್ಚುವುದು; ಮನೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡುವುದು; ಮನೆ ಮಾಡುವುದು; ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಜಾಪ್ರಭುತ್ವ
3. ಆರ್ಥಿಕ ದಕ್ಷತೆ: ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾರ್ಯಕುಶಲತೆಯ ಮಹತ್ವ; ವೃತ್ತಿಪರ ದಕ್ಷತೆ; ವೃತ್ತಿಪರ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ; ವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು; ವೈಯಕ್ತಿಕ ಅರ್ಥ ವ್ಯವಸ್ಥೆ; ಗ್ರಾಹಕ ತಾರತಮ್ಯ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ; ಖರೀದಿಯಲ್ಲಿ ದಕ್ಷತೆ; ಗ್ರಾಹಕ ರಕ್ಷಣೆ.
4. ಪೌರ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆ: ಸಾಮಾಜಿಕ ನ್ಯಾಯದ ಅಗತ್ಯತೆ; ಸಾಮಾಜಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ; ಸಾಮಾಜಿಕ ತಿಳಿವಳಿಕೆ; ತಾರ್ಕಿಕ ತೀರ್ಮಾನ; ಸಹಿಷ್ಣುತೆ; ವಿಜ್ಞಾನದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಬಳಕೆ; ವಿಶ್ವಪೌರತ್ವ; ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ, ಅವನ್ನು ಕಾಪಾಡುವ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳ ತಿಳುವಳಿಕೆ; ಪ್ರಜಾಪ್ರಭುತ್ವದಲ್ಲಿ ನಿಷ್ಠೆ.
5. ಸಂಸ್ಕೃತಿಯ ಮೆಚ್ಚುಗೆ (Appreciation of Culture) ಗೆ ಒತ್ತು ಕೊಡಬೇಕು. ಕಲೆ ಮತ್ತು ಮಾನವೀಯ ಶಾಸ್ತ್ರ (Humanities)ಗಳ ಆಸ್ವಾದನೆಯ ವಿನಾ ಶಿಕ್ಷಣವು ಅಪೂರ್ಣ. ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದ ಮಹಾನ್ ಕಲಾಕೃತಿಗಳ ಜ್ಞಾನವು ಇಂದಿನದನ್ನು ಮೆಚ್ಚುವುದೆಂದರೆ ಮಹಾನ್ ಕಲಾಕೃತಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಪರಿವರ್ತನೆ ಅಥವಾ ಕಲೆಯು ಜೀವನದ ಒಂದು ಶೈಲಿಯಾಗುವಂತೆಯೂ, ನಮ್ಮ ಮೂಲಭೂತವದ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಹಾಗೂ ಗುರಿಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವಂತೆ ನಮ್ಮ ಮನೋಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವುದೆಂದರ್ಥ.
6. ಸೃಜನಾತ್ಮಕತೆಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ (Development of Creativity) ಯನ್ನು ಚುರುಕುಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಬಹುತೇಕ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣವೆಂದರೆ ಹಿಂದಿನದರ ಅನುಕರಣೆ ಮಾತ್ರವಿರುತ್ತದೆ. ಬಹುತೇಕವಾಗಿ ಶಿಕ್ಷಣವು ಶಿಸ್ತಿಗಾಗಿ ಶಿಸ್ತನ್ನು ಒತ್ತಾಯಿಸುತ್ತದೆ; ಬಹುತೇಕವಾಗಿ, ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ನೀರಸ ಹಾಗೂ ಸತ್ವಹೀನ(anemic)ವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಕೊಂದುಬಿಡುತ್ತದೆ. ಸೃಜನಾತ್ಮಕತೆಯು ಅಂತರ್-ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಅರ್ಪಣಾ ಮನೋಭಾವ (dedication)ವನ್ನೂ ಬಯಸುತ್ತದೆ. ಉಪಾಧ್ಯಾಯರು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸುಪ್ತ ಪ್ರತಿಭೆಗಳನ್ನು ಬೆಳಕಿಗೆ ತಂದು, ಅವರ ಸೃಜನಶೀಲತೆಗೆ ನೆರವಾಗಬಹುದು.

ಶಿಕ್ಷಕರ ಗುರಿಯು, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ನಿಷ್ಕ್ರಿಯತೆಯಿಂದ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆಯ ಕಡೆಗೆ ಹಾಗೂ ಅನುಕರಣೆಯಿಂದ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯ ಕಡೆಗೆ ಕೊಂಡೊಯ್ಯುವಂತಿರಬೇಕು.

7. ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕ್ರಮ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ – ಇವೆರಡರ ನಡುವೆ ಇರುವ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕ್ರಮವು ತೆರೆದ ಮನಸ್ಸಿನದಾಗಿಯೂ, ತಾತ್ಪೂರ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಸಹಿಷ್ಣುವಾಗಿದ್ದು, ಪ್ರಶ್ನಾತೀತ ತೀರ್ಮಾನಗಳನ್ನು ಸಹಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು ನಿಸರ್ಗ-ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಾಗಲೀ, ಸಾಮಾಜಿಕ ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಾಗಲೀ ಬಳಸಬಹುದು ಆದರೆ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವು ವಿಜ್ಞಾನದ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಪ್ರತಿನಿಧಿಸುತ್ತದೆ. ನೈತಿಕ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ, ಇದು ರಚನಾತ್ಮಕ ಅಥವಾ ಮಾರಕ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು. ಉದಾಹರಣೆಗೆ, ವಿಮಾನವನ್ನು ಸಾಗಾಟಕ್ಕಾಗಲೀ, ಅಥವಾ ಸಾಮೂಹಿಕ ನಾಶಕ್ಕಾಗಲಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಶಿಕ್ಷಣದ ಕಾರ್ಯವೆಂದರೆ, ವಿಜ್ಞಾನದ ಸಂತುಲಿತ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ನೀಡುವುದು ಅಂದರೆ, ಅದರ ಸಾಧ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಕೊರತೆಗಳನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುವುದೇ ಆಗಿದೆ.

8. ನೈತಿಕ ಹಾಗೂ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಹೊರತುಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ನೈತಿಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಸಂಕುಚಿತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ. ಯಥಾರ್ಥವಾದ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯು, ವಿಶ್ಲೇಷಕರು ಅರ್ಥೈಸಿರುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ವಿಶಾಲ ದೃಷ್ಟಿಯ ಹಾಗೂ ತೀರ ಭಿನ್ನ ರೀತಿಯ ಅರ್ಥವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಯಥಾರ್ಥವಾಗಿ, ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯ ಅರ್ಥವನ್ನು ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಪ್ರಶ್ನಿಸುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದೆ. ಏಸುಕ್ರಿಸ್ತ ಮತ್ತು ಬುದ್ಧರಂತೆ ನಿಜವಾದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಗುರುವಾದರೋ ಎಲ್ಲ ಮಾನವರನ್ನೂ ಸಮಾನವೆಂದೂ ಪರಿಗಣಿಸಿ ಜನಾಂಗ, ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ರಾಷ್ಟ್ರೀಯತೆಯ ಮೇರೆಗಳನ್ನು ತಳ್ಳಿಹಾಕುತ್ತಾನೆ.

9. **ಮೂಲಭೂತವಾದ ಕೌಶಲ್ಯ** (Fundamental Skill)ಗಳು ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಆಧಾರಪ್ರಾಯವೆನ್ನಬೇಕು. ಆದರೆ (ಆಂಗ್ಲಭಾಷೆಯ 'ಮೂರು ಆರ್' ಗಳಾದ) ಓದು, ಬರೆಹ ಹಾಗೂ ಗಣಿತ (Reading Writing & Arithmetic.) ಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾವೀಣ್ಯವೆಂಬುದಾಗಿ ಈ ಕೌಶಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಅರ್ಥವಲ್ಲ; ಬದಲಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕ ಕಲೆ ಮತ್ತು ಸೌಂದರ್ಯಾನುಭೂತಿಯ ಕ್ಷಿಪ್ರಪ್ರಜ್ಞೆ (ಸೂಕ್ಷ್ಮತೆ) (Aesthetic Sensitivity) ಗಳಿಗೆ ಒತ್ತುಕೊಡುವುದೂ ಸೇರಿದಂತಿದೆ. ಸುಬೋಧವಾಗಿ, ಓದುವುದು,

ಸುವಾಚ್ಯವಾಗಿ ಬರೆಯುವುದು ಮತ್ತು ಗಣಿತದ ಮೂಲಾಂಶ (basic)ಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದು– ಈ ಎಲ್ಲ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳು ಶಿಕ್ಷಣದ ಯಥಾರ್ಥತೆಗೆ ಸಮವಲ್ಲ. ಯಥಾರ್ಥ ಶಿಕ್ಷಣದ, ವಿಶೇಷ ಮಹತ್ವವುಳ್ಳ ಅಳತೆಗೋಲಾ(measure)ದರೆ, ಸಾಹಿತ್ಯವನ್ನು ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕವಾಗಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿ ಪ್ರಚಾರ ಮತ್ತು ತತ್ಥಾಂಶಗಳ ನಡುವಣ ವ್ಯತ್ಯಾಸವನ್ನು ತಿಳಿಯುವ ಮತ್ತು ಬೌದ್ಧಿಕವಾಗಿ ತರ್ಕ ಸಮ್ಮತ (ration)ವಾದ ನಿರ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಬರುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೇ ಆಗಿದೆ.

10. ವೃತ್ತಿ ಸಂಬಂಧವಾದ ದಕ್ಷತೆಯು ಆಧುನಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಬೇಡಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ನಾವು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸುಖಪಡುವುದರ ಕುರಿತಷ್ಟೇ ಆಸಕ್ತಿ ಹೊಂದಿರದೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನವು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಜೀವನವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುವುದನ್ನೂ ಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ದುರದೃಷ್ಟವೋ ಎಂಬಂತೆ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹುಮಂದಿ ನಮಗೆ ತಕ್ಕುದಲ್ಲದ ಉದ್ಯೋಗವನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ; ಇದರಿಂದ ನಾವು ನಿರಾಶಾಭಾವವನ್ನು ತಾಳಿ ತೀವ್ರವಾದ ಮನೋರೋಗ (neurosis) ವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಉದ್ಯೋಗ ಸಂಬಂಧವಾದ ದಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಹಣದ ಗಳಿಕೆಗೆ ಸಮವಾಗಿ ಪರಿಗಣಿಗಿದರೆ ನಾವು ಭೌತಿಕ ಸಂಪತ್ತಿನ ಮೋಹಕ್ಕೊಳಗಾದಂತಾಗುತ್ತದೆ.

11. ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಶಿಕ್ಷಣವೆಂದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಉತ್ತಮವಾದ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯುಳ್ಳ ಕೌಟುಂಬಿಕ ಜೀವನವೆಂದರ್ಥ. ಶಿಕ್ಷಣದ ಮೂಲಕ ಮನೆಯನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುವ ಗುಣವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಸಾಧ್ಯ ಮತ್ತು ನಾವು ಇತರರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಔದಾರ್ಯವುಳ್ಳವರಾಗಬಹುದು. ಇದರಿಂದ, ಘರ್ಷಣೆಯ ವಿನಾಶಕಾರಿ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ 'ಕೊಡುಕೊಳು' ತತ್ವದ ಹಾಗೂ ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಅರಿತುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಬಲ್ಲವರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಶಿಕ್ಷಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕೇವಲ ಆಲೋಚನೆಯಲ್ಲಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ತನ್ನ ನಡೆನುಡಿಯಲ್ಲೂ ಆದರ್ಶವನ್ನು ಮುಂದಿಡಬೇಕೆಂಬುದಾಗಿ ಕನ್ಫ್ಯೂಶಿಯಸ್ ಸೂಚ್ಯವಾಗಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಶಿಕ್ಷಣವು ಮನೆಯ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಹಾಗೂ ಭೌತಿಕ ಮುಖಗಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸಬೇಕು. ಅದು ಹೆಚ್ಚು ಸೌಂದರ್ಯನುಭೂತಿಯುಳ್ಳ ವಾತಾವರಣವ್ನನು ನಿರ್ಮಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಗೃಹಕೃತ್ಯದ ಸಾಮರ್ಥ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ಮೂಲಕ ನಮ್ಮ ಮನೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮಪಡಿಸಹುದು.

12. **ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಪೌರತ್ವ** (Effective Citizenship) ವನ್ನು ಶಿಕ್ಷಣದ ಮೂಲಕ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸಾಧಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ. ಪೌರತ್ವವೆಂದರೆ, ಅತ್ಯಂತ ಸಾಮಾನ್ಯ ರೀತಿಯ ರಾಜಕೀಯ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು

ನೆರವೇರಿಸುವುದಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿನದಾಗಿದೆ ಹೆಚ್ಚಿನದಾಗಿದೆ. ಇದು ಸಹಿಷ್ಣುತೆ, ಸಾಮಾಜಿಕ ನ್ಯಾಯ, ಯಥಾರ್ಥವಾದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪ್ರಜ್ಞೆಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅಗತ್ಯತೆಯನ್ನೂ ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

13. ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯವಿಲ್ಲದೆ ಇತರ ಎಲ್ಲ ಉದ್ದೇಶಗಳೂ ಕೇವಲ ಮೇಲ್ನೋಟದವು ಮತ್ತು ಭ್ರಾಮಕವೆನಿಸಿವೆ. ಒಳ್ಳೆಯ ಆರೋಗ್ಯವು ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ನಮ್ಮ ಅನುವಂಶೀಯತೆ (heredity)ಯ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿಸಿದ್ದರೂ, ಆಧುನಿಕ ವಿಜ್ಞಾನವು ಆರೋಗ್ಯ-ವಿಜ್ಞಾನದ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಅಪರಿಮಿತವಾಗಿ ದಾಪುಗಾಲು ಹಾಕಿ ನಡೆದಿದೆ. ಸರಿಯಾದ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ ಮನಸ್ಸು-ದೇಹಗಳ ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬನೆಗೆ ಒತ್ತುಕೊಟ್ಟು ನಾವು ಕೇವಲ ದೀರ್ಘ ಜೀವನವನ್ನಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಹಾಗೂ ಸುಖೀ ಜೀವನವನ್ನೂ ಸಾಧಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ.

14. **ಯಥಾರ್ಥವಾದ ಶಿಕ್ಷಣವು** ನಮ್ಮ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವಂತಿರಬೇಕು ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಸರಿಯಾಗಿರುವುದು ಮುಖ್ಯವೇ ಹೊರತು, ಕೇವಲ ಆಸಕ್ತಿ ಹೊದುವುದು ಮುಖ್ಯವಲ್ಲವೆಂಬುದಾಗಿ ಒಮ್ಮೆ ವೈಟ್ ಹೆಡ್ (whitehead) ಎಂಬುವನು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ. ಶಿಕ್ಷಣವು ನಮ್ಮನ್ನು ನೀರಸರನ್ನಾಗಿ ಹಾಗೂ ನಿರಾಸಕ್ತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿದ ಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ ಅದು ತನ್ನ ಗುರಿಯನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಹಾಗೆಯೇ. ವಾಸ್ತವಿಕವಾದ ಜ್ಞಾನವು ನಮ್ಮನ್ನು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರನ್ನಾಗಿ (dynamic) ಹಾಗೂ ಚಿತ್ತಾಕರ್ಷಕರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು;

15. **ಶಾಶ್ವತವಾದ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು,** ಶಿಕ್ಷಣವು ನಮಗೆ ಒದಗಿಸುವಂತಿರಬೇಕು ಕೇವಲ ತರಗತಿಯ ಕೋಣೆಗಳಿಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿರುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಬಾಹ್ಯವಾದುದಷ್ಟೇ. ನಮ್ಮ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಗೊತ್ತು ಮಾಡಿರುವ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದುವುದಷ್ಟನ್ನೇ ಮಾಡಿದರೆ ನಾವು ಕೆಳಮಟ್ಟದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೆನಿಸುತ್ತೇವೆ; ನಾವು ನಮ್ಮಷ್ಟಕ್ಕೆ ವಿವಿಧ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಓದಬೇಕು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನ ಸಂಪಾದನೆಯ ಸಾಹಸವನ್ನು ಸಾಧಿಸಬೇಕು.

16. **ಶಾಂತಿ ಸಂಪಾದನೆ** (**Achievement of Peace)** ಯು ಶಿಕ್ಷಣದ ಮೂಲಭೂತವಾದ ಉದ್ದೇಶಗಳಲ್ಲೊಂದಾಗಿದೆ. ದೇಶಗಳ ನಡುವೆ ಪರಸ್ಪರ ಅವಿಶ್ವಾಸ ಹುಟ್ಟಿಸುವ ಮತ್ತು ಅತಿಯಾದ ದೇಶಾಭಿಮಾನಕ್ಕೆ ಒತ್ತಾಸೆ ನೀಡಿ ಮಿಲಿಟರೀ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುವ ಯಾವುದೇ ಶಿಕ್ಷಣ ಪದ್ಧತಿಯನ್ನು ಖಂಡಿಸಬೇಕು.

17. ಮಾನವನ ಚಿರಸ್ಥಾಯಿ ಉತ್ಥಾನದ ಧ್ಯೇಯವನ್ನೂ ಶಿಕ್ಷಣವು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿದೆ. ಮಾನವನು ವಿಶ್ವದ ಮಾನ (measure) ವೆಂಬುದಾಗಿಯೂ, ಜ್ಞಾನವು ಅನಂತ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯೆಂದೂ, ಸೃಜನಾತಕ್ಮತೆ (creativity)ಯು ಕೆಲವಕ್ಕೇ ಸೀಮಿತವಾಗಿರುದೆ ಉಕ್ಕಿ ಹರಿಯಬೇಕಾದುದೆಂದೂ ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಶಿಕ್ಷಕರಾಗಿ ನಾವು ಕಲೆ, ಸಾಹಿತ್ಯ, ಸಂಗೀತ, ತತ್ವಶಾಸ್ತ್ರ, ಧರ್ಮ ಮತ್ತು ವಿಜ್ಞಾನಗಳಲ್ಲಿ ಮೌಲಿಕ (original) ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನುಂಟು ಮಾಡುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ ಸೃಜನಶೀಲತೆಯನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಆಲಿಸುವ (audience) ಗುಣವನ್ನೂ ನಿರ್ಮಿಸಬೇಕು.

18. "ಮಕ್ಕಳು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆಯನ್ನ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವೇ ಶಿಕ್ಷಣದ ಆರಂಭ" ಶಿಕ್ಷಕರು ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡ "ಶಿಕ್ಷಣ"ವೆಂದರೆ ಶೇಖರಿತ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯು ಅದನ್ನು ತಮ್ಮ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಗಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುವುದೇ ಶಿಕ್ಷಣವೆಂಬುದಾಗಿ ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿರುವ ಉಪಾಧ್ಯಾಯವರ್ಗದ ಬಹು ಮಂದಿಯಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರಗೊಂಡಿರುವ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಾಗಿದೆ. ಜ್ಞಾನವು ಮುಖ್ಯವೇ ಆಗಿದೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನದ ಗಳಿಕೆಯ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಧಾರಣ ಕ್ಷಮತೆ (retention),ಸ್ಮರಣಶಕ್ತಿ, ಕಠಿಣಶ್ರಮ ಮತ್ತು ಶಿಸ್ತಿನ ಬಗ್ಗೆ ವಿವೇಚನಾಯುಕ್ತ (reasonable)ವಾದ ಮನೋಭಾವನೆ, ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೆ, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಗಳಿಸುವುದಕ್ಕೆ ಕಲಿಸಬೇಕಾಗಿರುವ ಆರಂಭಿಕ ಕೌಶಲ್ಯಗಳಾದ ಓದು ಬರೆಹ ಮತ್ತು ಗಣಿತವನ್ನು ಕಲಿಯವುದೂ ಸೇರಿದೆ.

ಔಪಚಾರಿಕ ಹಾಗೂ ಔಪಚಾರಿಕೇತರ ಶಿಕ್ಷಣದ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳು:

ಔಪಚಾರಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ	ಔಪಚಾರಿಕೇತರ ಶಿಕ್ಷಣದ
1. ಸಂಘಟನೆಯು ನಿಗದಿಯಾದುದನ್ನು ಕಲಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ರಚಿಸಲ್ಪಟ್ಟಿದೆ ಮತ್ತು ಸುತ್ತ ಸಿಬ್ಬಂದಿ, ಉಪಕರಣ ಇತ್ಯಾದಿ ಇರುತ್ತವೆ.	ಒಂಟಿಯಾಗಿ ಅಥವಾ ಆಸಕ್ತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಗುಂಪೊಂದು, ಕಲಿತುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಕಡೆಗೆ ಮಾತ್ರ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸುವುದು (to focus).
2. ಉದ್ಯೋಗಿಗಳಲ್ಲದವರಿಗಾಗಿರುವ ಪೂರ್ಣಕಾಲಿಕ ಸಂಸ್ಥೆ.	(ಹಣ) ಸಂಪಾದನೆ ಮಾಡುತ್ತಿರುವಾಗಲೇ ಕಲಿಯಬಯಸುವವರಿಗಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅಂಶಕಾಲಿಕ.
3. ಶಿಷ್ಯವೃಂದದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭುತ್ವ ಹೊಂದಿರುವ ಉನ್ನತ ಮಟ್ಟದ	ಸಮಾನತ್ವದ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿರುವ ಶಿಕ್ಷಕ ಮತ್ತು ಆತ ಸಹಕಾರದ ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯವೆಸಗುತ್ತಾನೆ ಹಾಗೂ ಕಲಿಕೆಯು

ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿ ಉಪಾಧ್ಯಾಯನ ಪಾತ್ರ.	ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸ್ವಾಧ್ಯಯನಕ್ಕಾಗಿ ಕೊಡು–ಕೊಳು (feedback) ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಶಿಕ್ಷಕನು ಕೇವಲ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವವ (fecilitator) ನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ.
4. ಶಾಲೆಯ ಮೂಲಕವಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಸಂಘಟಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.	ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹೊಲಗದ್ದೆಗಳು ಕಾರ್ಖಾನೆಗಳು, ಅಂಗಡಿಗಳು, ಪುಸ್ತಕಭಂಡಾರಗಳು, ನಾಟಕಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ಮೂಲಕ ಕೂಡ ಸಂಘಟಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ.
5. ಈ ಬಗೆಯ ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಬದ್ಧತೆ(rigidity) ಯಿರುತ್ತದೆ.	ಈ ಶಿಕ್ಷಣ ಕ್ರಮವು ಕಲಿಕೆಯ ಶಕ್ಯತೆ (feasibility)ಗೆ ಅವಕಾಶ ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಕ್ರಮವು ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಹಾಗೂ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯ(elastic)ದಾಗಿರುತ್ತದೆ.
6. ಹಾಜರಿಯು ಕಡ್ಡಾಯ	ಹಾಜರಿಯು ಐಚ್ಛಿಕ
7. ಕಲಿವಿಗರು ಉದ್ಯೋಗಿಗಳಲ್ಲವಾದುದರಿಂದ 'ಕಾರ್ಯಾನುಭ'ವನ್ನು ಆರಂಭಿಸುವ ಅಗತ್ಯತೆಯಿದೆ.	ಕಲಿವಿಗರಲ್ಲಿ ಬಹುಮಂದಿ ಉದ್ಯೋಗಿಗಳಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಕೆಲಸದ ಸುತ್ತ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಹೆಣೆಯುವ ಅಗತ್ಯತೆ ಬಹಳವಾಗಿದೆ.
8. (ಶಿಕ್ಷಣ) ಪದ್ಧತಿಯು ಕೇಂದ್ರೀಕರಣದ ಕಡೆಗೆ ವಾಲಿರುತ್ತದೆ.	ಈ (ಶಿಕ್ಷಣ) ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ವಿಕೇಂದ್ರೀಕರಣವನ್ನು ಅನಿವಾರ್ಯಗೊಳಿಸುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿವೆ ಮತ್ತು ಬಹುತೇಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಅಗತ್ಯತೆಯ ಮೇಲೆ ಆಧರಿಸಿವೆ.
9. ಶಿಕ್ಷಣದ ವೆಚ್ಚವು ದುಬಾರಿ	ಶಿಕ್ಷಣದ ವೆಚ್ಚವು ಅತಿ ಕಡಿಮೆ.
10. ಈ (ಶಿಕ್ಷಣ) ಕ್ರಮವು ತನ್ನದೇ ಆದ ವಿಶಿಷ್ಟ ರಚನೆಯನ್ನೂ, ಪರಸ್ಪರ ಬಂಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಆಂತರಿಕವಾಗಿ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯನ್ನೂ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.	ಇದು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಲ್ಲದ್ದೂ ಅಥವಾ ಮುಕ್ತ ಕ್ರಮದ್ದೂ ಆಗಿದೆ. ಔಪಚಾರಿಕ (ಶಿಕ್ಷಣ) ಕ್ರಮದ ಹೊರಗಡೆಯಿರುವ ಸಂಘಟಿತ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ವಿಸ್ತೃತ ವರ್ಗೀಕರಣಗೊಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಸಾಮೂಹಿಕ ಪಟ್ಟಿಯಾಗಿದೆ.

ಅಧ್ಯಾಯ: ೨ ಅ) ಯೋಗ

ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಮಾನವನ ಸರ್ವಾಂಗೀಣ ಅಭ್ಯುದಯಕ್ಕಾಗಿ ಅವಶ್ಯವಾದ ಯೋಗ ವಿದ್ಯೆಯು ಭಾರತೀಯ ಆಸ್ತಿಕ ದರ್ಶನಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಅದನ್ನು 185 ಕ್ಲಿಷ್ಟ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಯೋಗಸೂತ್ರಗಳೆಂಬ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಪತಂಜಲಿ ಮುನಿ ಸಂಶೋಧಿಸಿ ಸಂಯೋಜಿಸಿದ್ದಾನೆ.

ಮಹದೇವ ದೇಸಾಯಿಯವರು ಗಾಂಧೀಜಿಯವರ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಗೀತೆ ಎನ್ನುವ ಪುಸ್ತಕದ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆಯಲ್ಲಿ ಶರೀರದ ಮನಸ್ಸಿನ ಮತ್ತು ಆತ್ಮದ ಸರ್ವಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಭಗವಂತನೊಡನೆ ಸಂಯೋಜಿಸುವುದು ಯೋಗ, ಇದು ಚಿತ್ತ, ಮನಸ್ಸು, ಭಾವನೆಗಳು ಇಚ್ಚೆ ಎನ್ನುವ ಯೋಗದ ಮೂಲ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಶಿಸ್ತುಗೊಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಜೀವನದ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸಮದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡಲು ಸಹಾಯಕವಾಗುವ ಆತ್ಮದ ಒಂದು ನಿಲವು"ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

"ಯೋಗ" ಎನ್ನುವ ಪದ ಸಂಸ್ಕೃತದ ಮೂಲದಾತುವಾದ "ಯುಜ್" ಎನ್ನುವುದರಿಂದ ಬಂದಿದ್ದು; ಬಂಧಿಸು, ಕೂಡಿಸು, ಚಿತ್ತವನ್ನು ನಿರ್ದೇಶಿಸಿ ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸು,ಉಪಯೋಗಿಸು ಮತ್ತು ಆಸಕ್ತಿವಹಿಸು ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ.ಯೋಗದರ್ಶನಕ್ಕೆ ಬಹುಮುಖ್ಯವಾದ ಆಧಾರವೆನಿಸುವ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯ ಆರನೆಯ ಅಧ್ಯಾಯನದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಅರ್ಜುನನನಿಗೆ ಯೋಗದ ಅರ್ಥ & "ನೋವು ಮತ್ತು ದುಃಖಗಳ ಸ್ಪರ್ಶದಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ" ಎಂದು ಹೇಳಿದ್ದಾನೆ; ಯಾವಾಗ ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಅಹಂಕಾರ ನಿಗ್ರಹಿಸಲ್ಪಡುತ್ತವೆಯೋ, ಚಂಚಲವಾದ, ಕಾಮಗಳಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಲ್ಪಟ್ಟು ಆತ್ಮನಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೋ; ಆಗ ಮಾನವನು ಭಗವಂತನನೊಡನೆ ಸಂಸರ್ಗ ಹೊಂದಿದ "ಯುಕ್ತ" ಎಂದಾಗುತ್ತಾನೆ.

ದೇಹ, ಇಂದ್ರಿಯ, ಮನಸ್ಸು, ಬುದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಆತ್ಮಗಳ ಪರಸ್ಪರ ಅನ್ಯೋನ್ಯ ಸಾಧನೆಯಿಂದ ಒಬ್ಬನು ಆಂತರಿಕ ಶಾಂತಿಯೆಂಬ ಲಾಭವನ್ನು, ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತೃವಿನೊಡನೆ ಸಮಾಗಮವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು, ಜೀವನದ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸಾಧನೆಯೆಂದರೆ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನೆಡೆಗೆ ಹೋಗುವುದು ಅದನ್ನೆ ಆತ್ಮ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರದೊಂದಿಗೆ ಪರಮಾರ್ಥ ತತ್ತ್ವವನ್ನೂ ಮುಟ್ಟುವುದೇ ಯೋಗ ಎಂದು ಕಠೋಪನಿಷತ್ತಿನ ಯವನು ನಚಿಕೇತನಿಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಯೋಗದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಗಳು:

ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಸಾಧನೆಯ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿದಾಗ ಉಂಟಾಗಬಹುದಾದ ಹಲವಾರು ಇಳಿತಗಳನ್ನು ಸಮಾನವಾಗಿ ಸ್ವಿಕರಿಸುವ ಒಂದು ಪ್ರಯತ್ನವೇ ಯೋಗ ಇದನ್ನೇ ಮನಃ ಪ್ರಶಮನೋಪಾಯಃ ಯೋಗ ಇತಿ ಅಭಿಧೀಯತೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ಶಾಂತ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸುವ ವಿಧಾನವೇ ಯೋಗ (ವಸಿಷ್ಠ ಸಂಹಿತಾ) ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾಗಲೀ ಇನ್ನಾವುದೇ ವೃತ್ತಿಯಾಗಲಿ ಬಹಳ ನಾಜೂಕಾಗಿ ಹಾಗೂ ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪೂರೈಸುವ ವೃತ್ತಿ ಕೌಶಲ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ ಇದನ್ನೇ "ಯೋಗಃ ಕರ್ಮಸು ಕೌಶಲಂ" ಪ್ರತಿ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಯೋಗ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಜನೆಗೆ ಪೂರಕವಾದ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದುವುದೇ ಯೋಗಂ (ಗೀತಾ –50) ದ್ವಂದ್ವಗಳು ಹಾಗೂ ಚಿತ್ತ ಚಂಚಲತೆ ಮಾನವ ಮನಸ್ಸಿನ ಒಂದು ಸ್ಥಿತಿ ಇಂತಹ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಮತೋಲನವೇ ಸಮತ್ವಂ ಯೋಗ ಉಚ್ಯತೇ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಮತೋಲನ ಸ್ಥಿತಿಯೇ ಯೋಗ(ಗೀತಾ II– 48).

ಯೋಗ ವಿದ್ಯೆಯ ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ನೀಡಿದ ಮಹಾಮುನಿ ಪತಂಜಲಿ ಯೋಗವನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನ ವಿಕ್ಷೇಪಗೊಳಿಸುವ ಅತಿಗಳಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸುವುದೇ ಯೋಗಃ ಚಿತ್ತವೃತ್ತಿನಿರೋಧಃ ಎಂದು ವ್ಯಾಖ್ಯಾನಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ವಿಕ್ಷೇಪಗೊಳಿಸುವ ಅಲೆಗಳಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಿಸುವುದೇ ಯೋಗ (ಪಾತಂಜಲ ಯೋಗ ಸೂತ್ರ 1–2)

ಯೋಗದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳು

ಸಾಧನೆಗೆ ಯಾ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಗುರಿ ಹೇಗೆ ಮುಖ್ಯವೋ ಸಾಧನೆಯ ಮಾರ್ಗವೂ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ ಸತತ ಅಭ್ಯಾಸವೇ ಜಯದ ಗುಟ್ಟು ಇದು ಸತ್ಯ ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಕಲಿತು ಸತತ ಅಭ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯೆಗಳನ್ನು ಕಲಿತು ಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ವಿಶ್ವವ್ಯಾಪಕವಾದ ಪರಮಾತ್ಮನೊಂದಿಗೆ ಆದ್ವೈತವೆನಿಸುವ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವನ್ನು ಅಥವಾ ತತ್ತ್ವಜ್ಞಾನವನ್ನು ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣದಿಂದ ಸಂಬಂಧಿಸಬಹುದು ಎನ್ನುವುದೇ ಯೋಗದ ಮೊದಲ ಪ್ರಯೋಜನ ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗದ, ಯಮ ಮತ್ತು ನಿಯಮಗಳಿಂದ ಯೋಗಿಯು ಕಾಮ ಮತ್ತು ಉದ್ವೇಗಗಳನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಿ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿಯ ಇತರೊಡನೆ ಸಮರಸವಾಗಿರುವಂತೆ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವುದು.

ಆಸನದ ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ದೇಹವನ್ನುಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿ ಮತ್ತು ಬಲತರವಾಗಿ ಇರಿಸಿ ಪ್ರಕೃತಿಯೊಡನೆ ಸಮರಸವಾಗಿರುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.ಇದು ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ದೂರ ಮಾಡುವುದಲ್ಲಿದೆ. ಸಾಧನೆಗೆ ಪ್ರೇರಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ಅಭ್ಯಾಸವು ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಕ್ರಮಗೊಳಿಸಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಹತೋಟಿ ಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಪ್ರತ್ಯಾಹಾರದ ಅಭ್ಯಾಸವು ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ಅನ್ಯ ವಿಷಯಗಳಿಂದ ಸೆಳೆದು ಅಂತರ್ಮುಖವಾಗಿಸುವುದು.

ಧಾರಾಣ– ಏಕಾಗ್ರತೆ, ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒಂದು ವಸ್ತು ಅಥವಾ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಏಕಾಗ್ರ ಮಾಡಲು ಶಕ್ತವಾಗುತ್ತಾನೆ.

ಧ್ಯಾನದಿಂದ ಯೋಗಭ್ಯಾಸಿಯೂ ತಾನೆ ತಾನಾಗಿ "ಸ್ವ–ಭಾವ" ವನ್ನು ಹೊಂದಿ ಪರಮಾತ್ಮನ ಅಂಶವಾದ ತನ್ನ ಆತ್ಮವನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಇದನ್ನೇ ಸಮಾದಿಯು ಅಂತರಾತ್ಮದ ಸಾದನೆ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ.

ನಿತ್ಯ ಯೋಗಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದವರಲ್ಲಿ ಚಹರೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮ ರಿತಿಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಸುವುದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ, ಅಬ್ಯಾಸಿಯು ತನ್ನ ಆಹಾರವಿಹಾರದಲ್ಲಿ, ನಡೆನುಡಿಯಲ್ಲಿ, ಆಚಾರ ಶೀಲಗಳಲ್ಲಿ, ಶುಚಿತ್ವದಲ್ಲಿ ಶಿಸ್ತನ್ನಳವಡಿಸಿಕೊಂಡು ಹೊಸ ಹುರುಪು ತುಂಬಿದ ಹೊಸ ಮನುಷ್ಯನಾಗುತ್ತಾನೆ ಎಂದು ಯೋಗ ಗುರು ಬಿ.ಕೆ.ಎಸ್. ಐಯ್ಯಂಗಾರ್‌ರವರು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ.

ಯೋಗದ ವಿವಿಧ ಪ್ರಕರಗಳು:

ರಾಜಯೋಗ : ಯಾವನು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಜಯಿಸಿದ್ದಾನೋ ಆತನು ರಾಜಯೋಗಿ, ರಾಜ ಯೋಗ ಎಂದರೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಆತ್ಮ ನಿಗ್ರಹವುಳ್ಳವನ್ನು ಎಂದರ್ಥ. ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸುವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತನ್ನ ಸೂತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಪತಾಂಜಲಿ ಹೇಳಿದ್ದರೂ ಈ ಶಾಸ್ತ್ರಕ್ಕೆ ರಾಜಯೋಗವೆಂದು ಕರೆಯದೆ 'ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗ' ವೆಂದು ಕರೆದಿದ್ದಾರೆ.

ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗ: ರಾಜಯೋಗವೇ ಮೋಕ್ಷ ಸಾಧನೆಗೆ ತಕ್ಕ ಮಾರ್ಗವಾದರೂ, ಈ ಮಾರ್ಗಾನುಸರಣಿಗೆ ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗವನ್ನು ಅಚರಿಸುದಾಗಿದೆ. ಈ ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗದ ಸೋಪಾನಗಳೆಂದರೆ ಯಮ, ನಿಯಮ, ಆಸನ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಪ್ರತ್ಸಾಹಾರ, ಧಾರಣ, ಧ್ಯಾನ ಹಾಗೂ ಸಮಾದಿ.

ಹಠಯೋಗ: ಪಾತಂಜಲಿ ಮರ್ಹಷಿಯ ಯೋಗ ಸೂತ್ರಗಳು ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಸ್ವಾತ್ಮಾರಾಮನ ಹಠ ಯೋಗ ಪ್ರದೀಪಿಕೆ0ಯು. ದೈಹಿಕ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಬೋದಿಸುತ್ತವೆಂಬುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ತಿಳುವಳಿಕೆಯಾದಲ್ಲಿ ಆತ್ಮ ಸಾಕ್ಷತ್ಕರದ ವಿಧ್ಯೆಯೇ ಹಠಯೋಗವಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಯೋಗ ಸಾದಕನು ಸ್ವಾತ್ಮಾರಾಮನು ಹೇಳುವ ಹಠಯೋಗದ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣದಿಂದ ಪತಂಜಲಿಯು ಹೇಳುವ ರಾಜಯೋಗದ ಶಿಖರವನ್ನು ಹತ್ತ ಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಕರ್ಮಯೋಗ: ಕ್ರಿಯಾಪರನಾದ ಮನುಷ್ಯನು ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಕರ್ಮಯೋಗದ ಮೂಲಕ ಕಾಣುವುದೇ ಕರ್ಮಯೋಗ. ಈ ಮೂಲಕ ಅವನು ಕಾಯಕ ಮತ್ತು ಕರ್ತವ್ಯದಿಂದ ತನ್ನ ದೈವ್ವತ್ವ ಭಾವವನ್ನೇ ಸ್ಥಾಪಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಕರ್ಮ ಯೋಗ ಲೌಕಿಕ ಕರ್ತವ್ಯವನ್ನು ದೇವತಾರಾಧ್ನೆಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಉಪಾಯ **"ಯೋಗ: ಕರ್ಮಸು ಕೌಶಲ್ಯಂ"** ಆಗ ಕರ್ಮವು ಆಧ್ಯಾತ್ಮ ಸಾಧನೆಯಾಗಿ ಮಾರ್ಪಾಡಾಗುವುದು.

ಜ್ಞಾನಯೋಗ: ಜ್ಞಾನವೆಂದರೆ ಅರಿವು, ಆತ್ಮವನ್ನು ಕುರಿತು ಮನಸ್ಸು ಧ್ಯಾನಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವುದೇ ಜ್ಞಾನಯೋಗ. ಈ ಯೋಗದ ಆಧಾರ ಜ್ಞಾನಕಾಂಡ, ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಹೇಳುವುದೇ 'ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಪಡೆ" ಎಚಿದು. ಜ್ಞಾನಯೋಗ.

ಜ್ಞಾನ ಸಾಧನೆಗೆ ಪ್ರಜಾದಿಗಳು ಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ರಾಜಯೋಗ ವಿಧಿಸಿರುವಚಿತೆ ದೇಹ ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಕ್ರಮ ಪಡಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಶಾಸ್ತ್ರ ಸಮ್ಮತವಾದ ನಮ್ಮ ಆಸ್ತಿತ್ವದ ಸಾರವನ್ನು ತಿಳಿದು ತದೇಕ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನಿರತರಾಗುವುದಷ್ಟೆ ಜ್ಞಾನ ಹೇಳುವ ಸಾಧನ.

ಭಕ್ತಿಯೋಗ: ದೇವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಕಾಣಬಹುದೆಂಬ ಪಾತ್ರವೇ ಭಕ್ತಿಯೋಗದ ಆಸ್ತಿಭಾರ. ನಾನು ನಮ್ಮ ಮುಂದಿರುವ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹೇಗೆ ಪ್ರೀತಿಸುವೆವೊ ಅದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ದೇವರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸಬೇಕು. ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷ0ಯಗಳಿಂದ ಪ್ರೀತಿಯನ್ನು ದೇವರ ಕಡೆ. ತಿರುಗಿಸಿದರೆ ಸಾಕು ದೇವರಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ ಹೆಚ್ಚಿದಂತೆಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಪಂಚಿಕ ವಿಷಯಗಳ ಮೇಲಿನ ಪ್ರೀತಿ ಕಡಿಮೆ0ಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅದು ನಮಗೆ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದ ಸಂತೋಷವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಭಕ್ತಿ0ಯನ್ನು ಮೊದಲು ಸಾಧನೆ ಮಾಡಿ ಮುಂದೇ ಅದೇ ಪರಾಭಕ್ತಿ0ಯಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸುವುದು. ಇದಕ್ಕೆ ಆತ್ಮ ಸಂಯಮ ಸತ್ಸಸಂದತೆ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಹಾಗೂ ಶ್ರದ್ಧೆ

ಮೊದಲಾದ ಗುಣಗಳನ್ನು ಮೈ ಗೂಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಸದಾ ದೇವರ ಚಿಂತನೆಯಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಭಗವದ್ಗೀತೆಯ ಭಕ್ತಿ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಹೇಳುವ ಮಾತಿದು. "ಯಾರು ತಮ್ಮ ಸರ್ವ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅರ್ಪಿಸಿ, ನನ್ನನ್ನೇ ನಂಬಿ, ನನ್ನನ್ನೇ ಧ್ಯಾನಿಸಿ ನಿಸ್ಸಂಗವಾಗಿ ನನ್ನನ್ನು ಪೂಜಿಸುವರೊ ಅಂತಹವರ ಮನಸ್ಸು ನನ್ನಲ್ಲೇ ನೆಲೆಸಿರುವುದುದರಿಂದ ಬೇಗ ನಾನವರನ್ನು ಜನ ಸಾಗರದಿಂದ ಉದ್ಧರಿಸುವೆನು".

ಯೋಗ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣ:

"ಸಾ ವಿದ್ಯಾಯಾ ವಿಮಕ್ತಯೆ" ಅನ್ನುವಂತೆ ಆತ್ಮನನ್ನು ಅಹಂಕಾರ ಮತ್ತು ಅಜ್ಞಾನಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತಗೊಳಿಸಿ ಆತ್ಮ ಸಾಕ್ಷತ್ಕಾರಡೆಗೆ ಕೊಂಡೆಯ್ಯುವ ಸಾಧನವೇ ಶಿಕ್ಷಣ. ಶಿಕ್ಷಣವು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೊಡನೆ ಸಾಮರಸ್ಯದಿಂದಲೂ ಸಹಕರಿಸುತ್ತವೆ. ಅರವಿಂದರ ಪ್ರಕಾರ ಜೀವಿಯು ತನ್ನ ಅಂತರ್ಗತ ಶಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಹೊರತರುವುದರ ಮೂಲಕ ಸ್ವಯಂ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿ ವಿಶ್ವದ ದಿವ್ಯ ಅಲೌಕಿಕ ಇರುವಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ ತಾದಾತ್ಮವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಜೀವಿಯು ಮಾಡುವ ಕ್ರಮಬದ್ಧ ಪ್ರಯತ್ನವೇ ಯೋಗ.

ವಿವೇಕಾನಂದರ ಪ್ರಕಾರ ಯೋಗ ಅಂದರೆ ಮನುಷ್ಯನು ಕೆಲವೇ ದಿನೇ ಕೆಲವೇ ತಿಂಗಳು ಅಥವಾ ಅವನ ಈಗಿನ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲೇ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಒಂದು ಅಪೂರ್ವ ಸಾಧನ. ಅವರ ಪ್ರಕಾರ ಶಿಕ್ಷಣ ಎಂದರೆ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಥಿ ಕಡೆಗೆ ಮಾನವನು ಶೀಘ್ರ ವಿಕಾಸ ಹೊಂದುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ. ಶಿಕ್ಷಣ ಎಂದರೆ ಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯಗಳ ಅನ್ವೇಷಣೆ.

ಶಿಕ್ಷಣವು ಮಾನವ ಜನಾಂಗವನ್ನು ಜ್ಞಾನೋದಯ (Enlightenment)ದ ಕಡೆಗೊಯ್ಯುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಿದೆ. ಮತ್ತು ಉಳಿವಿನ ಕಷ್ಟ ಸಾಧ್ಯವಾದ ಸಾಧನವಾಗಿದೆ ಇದರರ್ಥವೆಂದರೆ, ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಬೌದ್ಧಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಪ್ರಮಾಣವಲ್ಲಿ ಬದಲಾಗಿ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಪ್ರಬುದ್ದತೆ ಮತ್ತು ನೈತಿಕ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಕೂಡ ಅದುದರಿಂದ ವಿಮರ್ಶೆಯ ಅಭ್ಯಾಸವಿಲ್ಲದ ಶಿಕ್ಷಣವು ಅಪೂರ್ಣವೇ ಆಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಯೋಗ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗದ ಯಮ ಮತ್ತು ನಿಯಮದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ವಿಮರ್ಶಿಸಲಾಗಿದೆ. ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಯೋಗದ ನೇರ ಸಂಬಂಧವನು ಮುನಿಶ್ರೇಷ್ಠ ಪತಂಜಲಿಗೆ ನಮಸ್ಕರಿಸುವ ಈ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು

"ಯೋಗೇನ ಚಿತ್ತಸ್ಯ ಪದೇನಾ ವಾಚಾಂ

ಮಲಂ ಶರೀರಸ್ಯ ಚ ವೈದ್ಯಕೇನ

ಯೋಪಾ ಕರೋತಂ ಪ್ರವರಂ ಮುನೀನಾಂ

ಪತಂಜಲಿಂ ಪ್ರಾಂಜಲಿರಾನ ತೋಸ್ಮಿ"

ಅರ್ಥ:- (ಅಂತರಂಗದ ದೋಷಗಳನ್ನು ಯೋಗ ದರ್ಶನದ ಮೂಲಕವೂ ಶಬ್ದ ಪ್ರಯೋಗದ (ಮಾತಿನ) ದೋಷಗಳನ್ನು ವ್ಯಾಕರಣದ ಮೂಲಕವೂ ಶರೀರದ ದೋಷಗಳನ್ನು ವೈದ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರದ ಮೂಲಕವೂ ದೂರಗೊಳಿಸಿದ ಮುನಿಶ್ರೇಷ್ಠ ಪತಂಜಲಿಗೆ ಕೈ ಮುಗಿದು ನಮಿಸುವೆ)
ಈ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯ ಮೂಲಕ ಯೋಗ ಜ್ಞಾನ, ಮತ್ತು ಇನ್ನಾವುದೇ ವಿದ್ಯೆಯು ನೇರ ಸಂಬಂಧವಿದೆ ಎಂಬುವುದನ್ನು ಸ್ವಷ್ಟಪಡಿಸುತ್ತದೆ.

ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗದ ಪಾತ್ರ:

ಆತ್ಮ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ: ವಿದ್ಯೆಯ ಮೂಲ ಆತ್ಮ ಜ್ಞಾನವಾಗಿರುವಾಗ ಯೋಗ ವಿದ್ಯೆಯ ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣತೆ ಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಪರಿಪೂರ್ಣತೆಯೊಂದೆ ಅಭಿವೃದ್ದಿಯ ದ್ಯೋತಕವಾಗಿದೆ.

ಸೃಜನಾತ್ಮಕತೆಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ:- ಯೋಗ ಕರ್ಮಸು ಕೌಶಲ್ಯಂ ಎಂಬಂತೆ ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣದಿಂದ ಸೃಜನಾತ್ಮಕತೆಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ನೀರಸ ಹಾಗೂ ಸತ್ವಹೀನವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಕೊಂದು ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಕೊಂದು ಬಿಡುತ್ತವೆ. ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಸೃಜನಾತ್ಮಕತೆಯು ಅಂತರ್-ದೃಷ್ಠಿಯನ್ನು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಅರ್ಪಣಾ ಮನೋಭಾವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಯೋಗಶಾಸ್ತ್ರ ಈಶ್ವರ ಪ್ರಣಿದಾನ ಎಂದಿರುವುದು.

ಮಾನವೀಯ ಸಂಬಂಧಗಳು ಉತ್ತಮಗೊಳ್ಳತ್ತದೆ: ಮಾನವೀಯತೆಗೆ ಗೌರವ, ಮಿತತ್ವ ಸಹಕಾರ ಸೌಜನ್ಯ, ಇವು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಶಿಕ್ಷಣದಿಂದಲೂ ಸಿಗಬೇಕು ಯೋಗ ವಿದ್ಯೆಯಿಂದ ಇಂತಹ ಗುಣಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದಾಗಿದೆ. ಯೋಗ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಇದರ ಕುರಿತು ಮೈತ್ರಿ ಕುರುಣೆ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲಾಗಿದೆ.

ನೈತಿಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ. ನೈತಿಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಕ್ರಿತೆಯಿಂದ ಹೊರತು ಪಡಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ನೈತಿಕ ಪರಿಗಣಿಸದೇ ಯಥಾರ್ಥವಾದ

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯು, ವಿಶ್ಲೇಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕತೆಯು ಅರ್ಥವನ್ನು ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಪ್ರಶ್ನಿಸುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದೆ.

ಮೂಲಭೂತ ಕೌಶಲ್ಯಗಳು: ರೂಪಿಸುವುದು ಶಿಕ್ಷಣವಾಗಬೇಕು ಕೌಶಲ್ಯವೆಂದರೆ ಒಂದು ಬರಹ ಹಾಗೂ ಗಣಿತಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಾವೀಣ್ಯವೆಂದಾಗಿರಬಾರದು ಸಂಪರ್ಕ ಕಲೆ ಮತ್ತು ಸೌಂದರ್ಯಾನುಭೂತಿಯ ಪ್ರಜ್ಞೆ (ಸೂಕ್ಷತೆ)ಗಳಿಗೆ ಒತ್ತು ಕೊಡಬೇಕು.

ದೈಹಿಕ ಹಾಗೂ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ರೂಪಿಸುವುದು: ಆರೋಗ್ಯವಿಲ್ಲದೆ. ಇತರ ಎಲ್ಲ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ಹೊಂದುವುದು ಭ್ರಾಮಕವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಆರೋಗ್ಯ ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಅಪರಿಮಿತ ಜ್ಞಾನ ಹೊಂದಿ ದೇಹ ಮನಸ್ಸು ಪರಸ್ಪರ ಅವಲಂಬನೆಗೆ ಒತ್ತುಕೊಟ್ಟು ನಾವು ಕೇವಲ ದೀರ್ಘ ಜೀವನವನ್ನಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಹಾಗೂ ಸುಖ ಜೀವನ ನಡೆಸು ವಂತಾಗಬೇಕು ಯೋಗಾಂಗದ ಆಸನ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಧ್ಯಾನದ ಅಭ್ಯಾಸ ಇದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗುತ್ತದೆ.

ಶಾಂತಿ ಸಂಪಾದನೆ: ಶಾಂತಿ ಸಂಪಾದನೆಯ ಶಿಕ್ಷಣದ ಮೂಲಭೂತವಾದ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿರಬೇಕು. ವೈಯಕ್ತಿಕ ಶಾಂತಿಯೊಂದಿಗೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಾಮರಸ್ಯವನ್ನು ಬೆಳೆಸಬೇಕು ದೇಶಾಭಿಮಾನಕ್ಕೆ ಒತ್ತಾಸೆ ನೀಡಿ ಮಿಲಿಟರಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆಗೊಳಿಸುವು ಶಿಕ್ಷಣ ಹೊಂದಬೇಕು.

ಶಾಶ್ವತ ಆಸಕ್ತಿಯನ್ನು: ಶಿಕ್ಷಣವು ಒದಗಿಸಬೇಕು. ಕೇವಲ ತರಗತಿಯ ಕೋಣೆಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿರದೆ. ಜ್ಞಾನ ಸಂಪಾದನೆಯ. ಸಾಹಸವನ್ನು ಮಾಡುವಂತಾಗಬೇಕು

ಜೀವನ ಕೌಶಲ್ಯವಾಗಿರಬೇಕು: ಶಿಕ್ಷಣ ಎಂಬುವುದು ಒತ್ತಡವಾಗಿರದೆ. ಕೌಶಲ್ಯಯುಕ್ತವಾಗಿ ಮುನ್ನಡೆಯುವ ಮಾರ್ಗಸೂಚಿಯಾಗಬೇಕು ಕೌಶಲ್ಯಯುಕ್ತರಾಗಿ ಬದುಕುವ ಕ್ರಮವೇ ಯೋಗ ಜೀವನ ವಾಗಿದೆ.

ಅಧ್ಯಾಯ: 3 ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮತ್ತು ಶೇಕಡಾವಾರು ಆಕಾರ

ಪ್ರಶ್ನೆ: 1 ವಯಸ್ಸು

ಸಂಶೋಧನೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರ ಪ್ರೌಢ ಶಾಲೆ ಆಗಿರುವುದರಿಂದ ಎರಡು ವರ್ಗದ ವಯಸ್ಸಿನ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಲಾಯತು. ಶೇಕಡಾ 63 ಮಂದಿ ಹದಿನೈದು ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಕೆಳಗಿನವರಾದರೆ ಶೇಕಡಾ 37 ಮಂದಿ ಹದಿನೈದರಿಂದ 20 ವರ್ಷದವರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಯಾವುದೇ ವರ್ಷದ ತಾರತಮ್ಯ ಇಲ್ಲವಾದರಿಂದ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಂದಿಯನ್ನು ಯೋಗದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಗೊಂಡು ಅವರ ವಯಸ್ಸಿಗುಣವಾಗಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸುವುದು ಈ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿದೆ. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಶಿಕ್ಷಣ ಪಡೆಯುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ಕೋಷ್ಟಕ: 1 ವಯಸ್ಸು

ವಯಸ್ಸು	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
15ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ	63	63
15–20	37	37
ಒಟ್ಟು	100	100



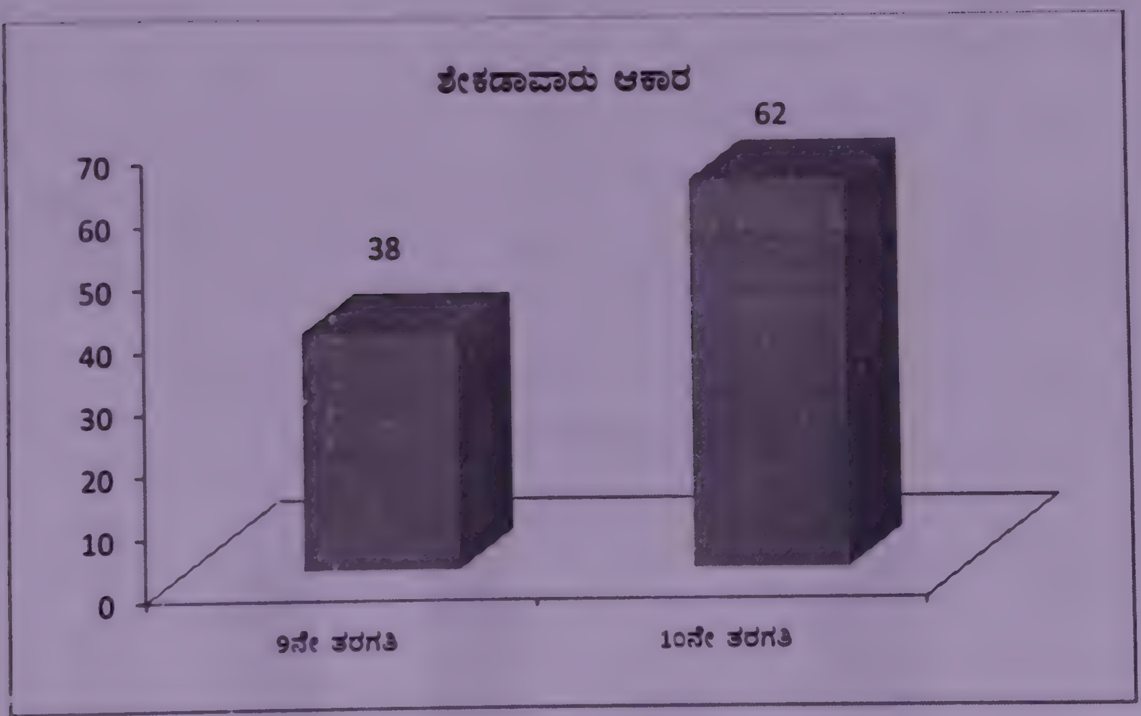
ಸಂಶೋಧನೆಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು 15 ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಕೆಳಗಿನವರು ತೊಡಗಿಸಿರುವುದು ಉತ್ತಮ ಬೆಳವಣಿಗೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ : 2 ತರಗತಿ

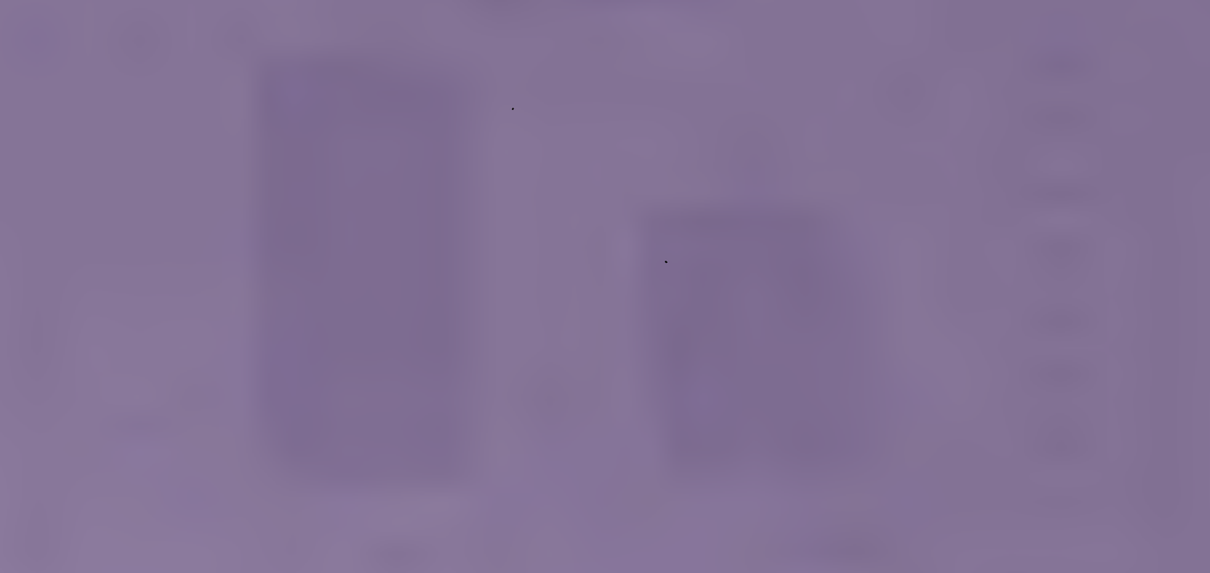
ಪ್ರೌಢಶಾಲಾ ವಿಭಾಗದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಕಂಡು ಕೊಳ್ಳುವ ಸಂಶೋಧನೆಗಾಗಿ 9ನೇ ತರಗತಿಯ 38% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು 10 ನೇ ತರಗತಿಯ 62% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಂಶೋಧನಾ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತ್ತು. ಇಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯ ಉದ್ದೇಶ ಸಂಶೋಧನೆಯು ಸಂಧರ್ಭದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ತರಗತಿಗೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿರದೆ. ಬೇರೆ ಬೇರೆ ತರಗತಿಯ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಯಿತ್ತು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 2 ತರಗತಿ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
9ನೇ ತರಗತಿ	38	38
10ನೇ ತರಗತಿ	62	62
ಒಟ್ಟು	100	100



ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿ ಗುರುತಿಸುವ 10ನೇ ತರಗತಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೇ ಈ ಸಂಶೋಧನೆ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿರುವುದು ಸಾಧನೆಗೆ ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗಿದೆ.



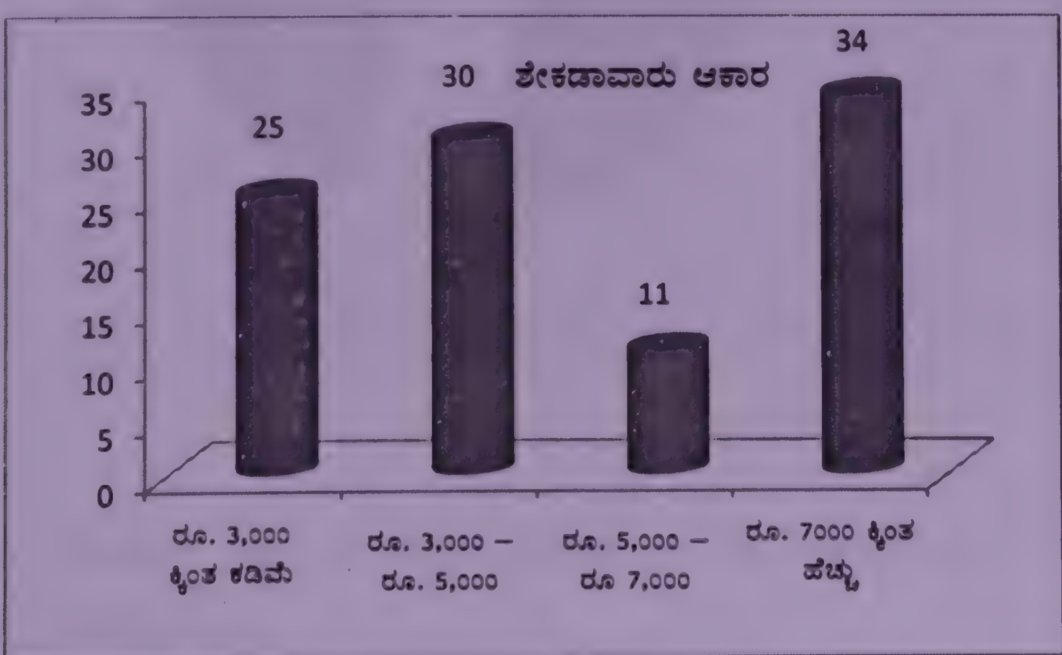
ಪ್ರಶ್ನೆ : 3 ಕುಟುಂಬದ ಮಾಸಿಕ ಆದಾಯ

ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಎನ್ನುವುದು ಯಾವುದೇ ಒಂದು ವರ್ಗದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳದೆ, ಸಮಾಜ ಎಲ್ಲಾ ವರ್ಗಗಳಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕಂಡು ಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂದು ವಿಮರ್ಶಿಸುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಅವಧಿಯ ಎಲ್ಲಾ ವರ್ಗದ ಜನರಿಗೆ ಸಮಾನವಾದ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲಾಯಿತ್ತು. ಸಂಶೋಧನೆಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ತೀರ ಬಡತನದ ಅಂದರೆ ಮಾಸಿಕ ಆದಾಯ 3,000 ಕ್ಕಿಂತ ಕೆಳಗಿರುವ 25% ಮಂದಿ, 3,000ದಿಂದ 5,000ರದ ಮಿತಿಯ ಅದಾಯದ 30% ಮಂದಿ, 5,000 ದಿಂದ 7,000 ಮಾಸಿಕ ಆದಾಯ ಸಾಧಾರಣ ಉನ್ನತ ವರ್ಗದ 11 ಮಂದಿ ಹಾಗೂ 7,000ಕ್ಕಿಂತಲೂ ಅಧಿಕ ಆದಾಯದೊಂದಿಗೆ ಶ್ರೀಮಂತ ವರ್ಗದ 35% ಮಂದಿಯನ್ನು ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಲಾಯಿತ್ತು.

ಇಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಮಂತ ಬಡವ ಎಂಬ ಭೇದವಿಲ್ಲದೆ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ವರ್ಗವನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 3 ಕುಟುಂಬದ ಮಾಸಿಕ ಆದಾಯ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ರೂ. 3,000 ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ	25	25
ರೂ. 3,000 – ರೂ. 5,000	30	30
ರೂ. 5,000 – ರೂ 7,000	11	11
ರೂ. 7000 ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು	34	34
ಒಟ್ಟು	100	100





ಪ್ರಶ್ನೆ 4: ಲಿಂಗ

ಅಭಿವೃದ್ದಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಲಿಂಗ ತಾರತಮ್ಯವಿಲ್ಲ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೂ ಯಾವುದೇ ಲಿಂಗ ಬೇಧವಿಲ್ಲ. ಸಂಶೋಧನೆಯ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ 53% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರನ್ನು 47% ಮಂದಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಯೋಗ ತರಬೇತಿಗೊಳಿಸಲು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಯಿತು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 4 ಲಿಂಗ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ಗಂಡು	53	53
ಹೆಣ್ಣು	47	47
ಒಟ್ಟು	100	100



ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಲಿಂಗ ಭೇದವಿಲ್ಲದೆ ಸಮಾನ ಮನಸ್ಕರು ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗಿರುವುದು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ 7: ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪರಿಸರ

ಸಂಶೋಧನೆಯ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ನಗರ ಮತ್ತು ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಯಿತು. ಆದರೂ 93% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಗರವಾಸಿಗಳು ಮತ್ತು 7% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಗ್ರಾಮೀಣ ವಾಸಿಗಳಾಗಿದ್ದರು.

ಇಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧಕರು ಮಂಗಳೂರು ನಗರದ ಎರಡು ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಗೊಳಿಸಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಂದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿರುವುದರಿಂದ ನಗರವಾಸಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗಿದೆ.

ಕೋಷ್ಟಕ: 6 ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪರಿಸರ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ನಗರ	93	93
ಗ್ರಾಮೀಣ	7	7
ಒಟ್ಟು	100	100



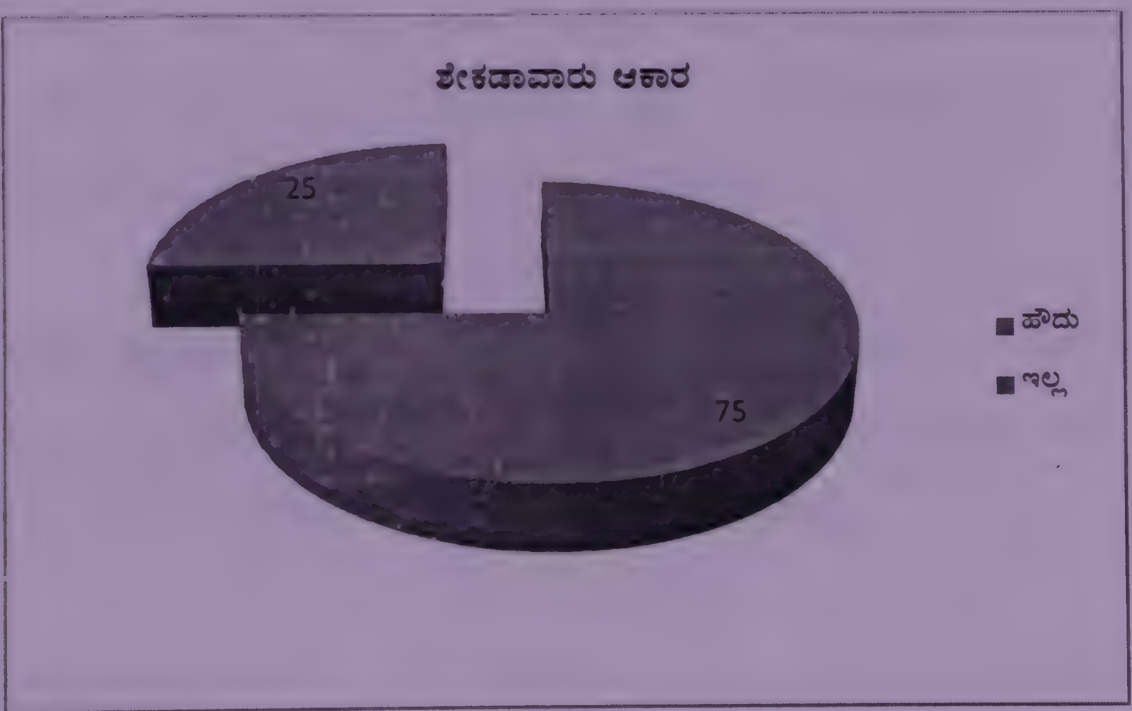


ಪ್ರಶ್ನೆ 9: ಯೋಗದ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ಜ್ಞಾನ ಇತ್ತೇ (ಯೋಗದ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇತ್ತೇ)

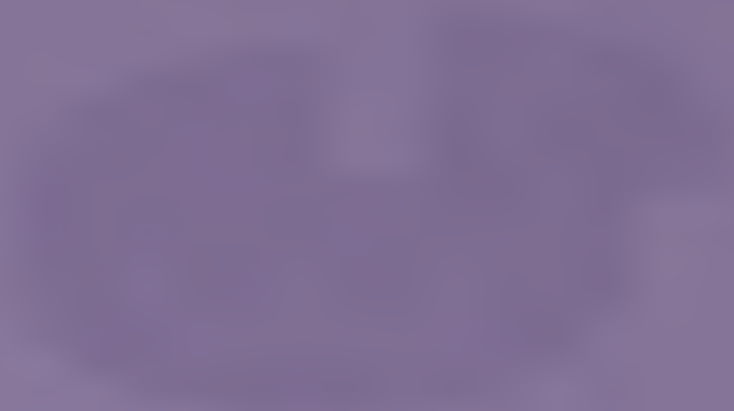
ಎಷ್ಟೋ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಯೋಗದ ಅಭ್ಯಾಸದ ಅನುಭವ ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕವಾಗಿ ಜ್ಞಾನ ಇರುವುದು ಸಹಜ. ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಲು ಬಂದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ 75% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಯೋಗದ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇತ್ತು. 25% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಯೋಗದ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇಲ್ಲದವರಾಗಿದ್ದರು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 8 ಯೋಗದ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ಜ್ಞಾನ ಇತ್ತೇ (ಯೋಗದ ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇತ್ತೇ)

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ಹೌದು	75	75
ಇಲ್ಲ	25	25
ಒಟ್ಟು	100	100



ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಇಂದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಜನರು ಯೋಗದ ಬಗ್ಗೆ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕವಾಗಿ ಜಾಗ್ರತರಾಗಿರುವುದು ಭಾರತೀಯ ಜ್ಞಾನದ ಅರಿವನ್ನು ಹೊಂದುವ ಸೂಚನೆಯಾಗಿದೆ.



ಪ್ರಶ್ನೆ 10: ನೀವು ಯಾಕೆ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ

ಇಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಐದು ಮುಖ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂದು ತಿಳಿಯುವ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿ ಅವರನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸಲಾಯಿತು ಆದರಲ್ಲಿ

ಅ) ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ 32% ಮಂದಿ ಬಲವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು, 33% ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು, 35% ಸಮೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದವರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಆ) ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಉತ್ತಮ ಪಡಿಸಲು ಎಂದು 41% ಮಂದಿ ಬಲವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು 33% ಮಂದಿ ಸಾಧರಣವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು 25% ಮಂದಿ ನಿರೀಕ್ಷೆಯೊಂದಿಗೆ ಇದ್ದ. ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಉತ್ತಮ ವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದುಕೊಂಡು ಭಾಗವಹಿದ್ದಾರೆ.

ಇ) ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿ ಕಂಡು ಕೊಳ್ಳಲು ಎಂಬ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಂತೆ. 43% ಮಂದಿ ಬಲವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು. 23% ಸಾದಾರಣವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು 31% ನಿರೀಕ್ಷೆಯಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಎರಡು ಮಂದಿ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದುಕೊಂಡ ಒಬ್ಬ ಬಲವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದೇ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಈ) ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪನಾ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಲು ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ 57% ಮಂದಿ ಬಲವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು 15 ಮಂದಿ ಸಾಧರಣವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು 24% ಮಂದಿ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಮೂರು ಮಂದಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಒಬ್ಬ ಬಲವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದುಕೊಂಡು ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು.

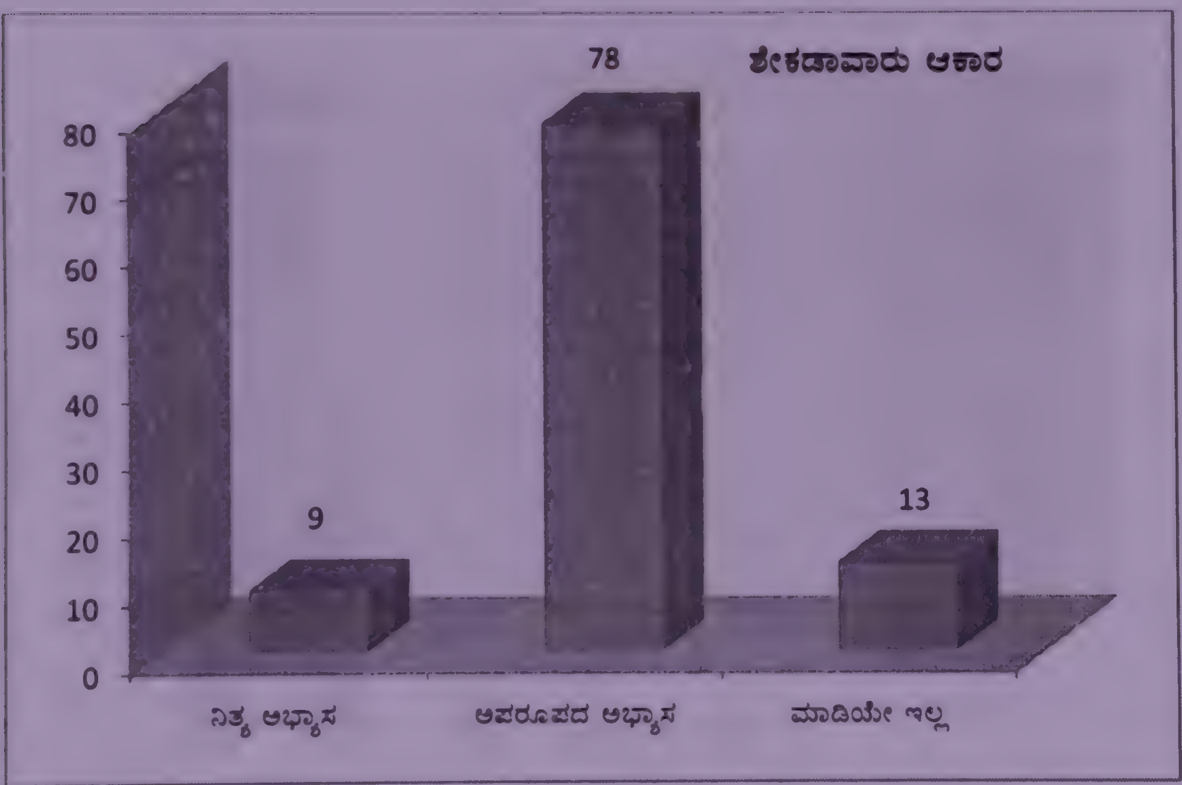
ಉ) ಆಧ್ಯಾತ್ಮಕ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಲು 30% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಬಲವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡ, 29% ಮಂದಿ ಸಾಧರಣವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು 32% ಮಂದಿ ನಿರೀಕ್ಷೆಯೊಂದಿಗೆ ಬಂದರಾಗಿದ್ದಾರೆ, ನಾಲ್ಕು ಮಂದಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದೆ, ಇನ್ನೂ ನಾಲ್ಕು ಮಂದಿ ಬಲವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳದೇ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ 8: ಮೊದಲು ಯೋಗ ಅಭ್ಯಾಸದ ಅನುಭವ ಇತ್ತೆ?

ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಒಳ ಪಡಿಸುವ ಮೊದಲು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಅನುಭವ ಇತ್ತೇ ಎಂದು ಅರಿಯುವಾಗ 9% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ನಿತ್ಯ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದವರು 78% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಅಪರೂಪಕ್ಕೆ ಯೋಗ ಮಾಡಿದರು 13% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಯು ಇಲ್ಲದವರು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 7 ಮೊದಲು ಯೋಗ ಅಭ್ಯಾಸದ ಅನುಭವ ಇತ್ತೆ?

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ನಿತ್ಯ ಅಭ್ಯಾಸ	9	9
ಅಪರೂಪದ ಅಭ್ಯಾಸ	78	78
ಮಾಡಿಯೇ ಇಲ್ಲ	13	13
ಒಟ್ಟು	100	100



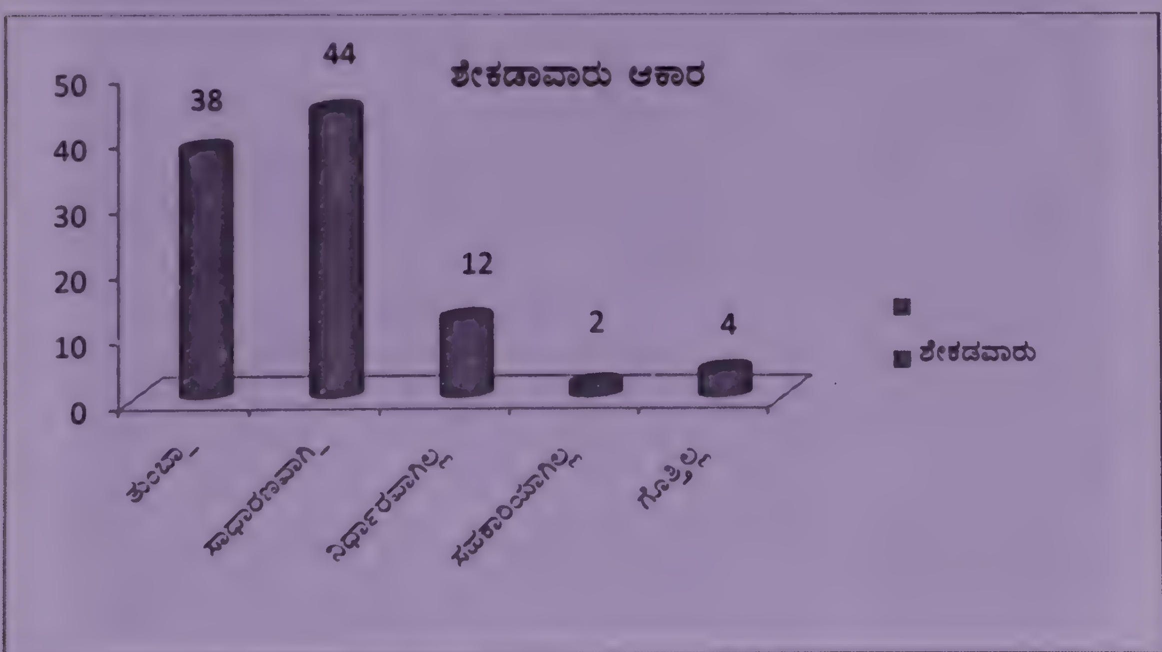
ಅಪರೂಪದ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಸಕ್ತಿಯಿಂದ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ತರಬೇತಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಲು ಪೂರಕವಾಯಿತು.

ಪ್ರಶ್ನೆ: 11 ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯು ನಿಮ್ಮ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಸಂಶೋಧನೆಗೆ ತೀರ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದ ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಯ ಮೂಲಕ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯೂ ತುಂಬಾ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ. ಎಂದು 38% ಮಂದಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಟ್ಟರು. ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ. ಎಂದು 44% ಮಂದಿ ಹೇಳಿಕೊಂಡರು. 12% ಮಂದಿ ನಿರ್ಧಾರವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಾರೆ. 2% ಮಂದಿ ಯೋಗ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು. 4% ಮಂದಿ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 9 ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯು ನಿಮ್ಮ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ತುಂಬಾ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ	38	38
ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ	44	44
ನಿರ್ಧಾರವಾಗಿಲ್ಲ	12	12
ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿಲ್ಲ	2	2
ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ	4	4
ಒಟ್ಟು	100	100



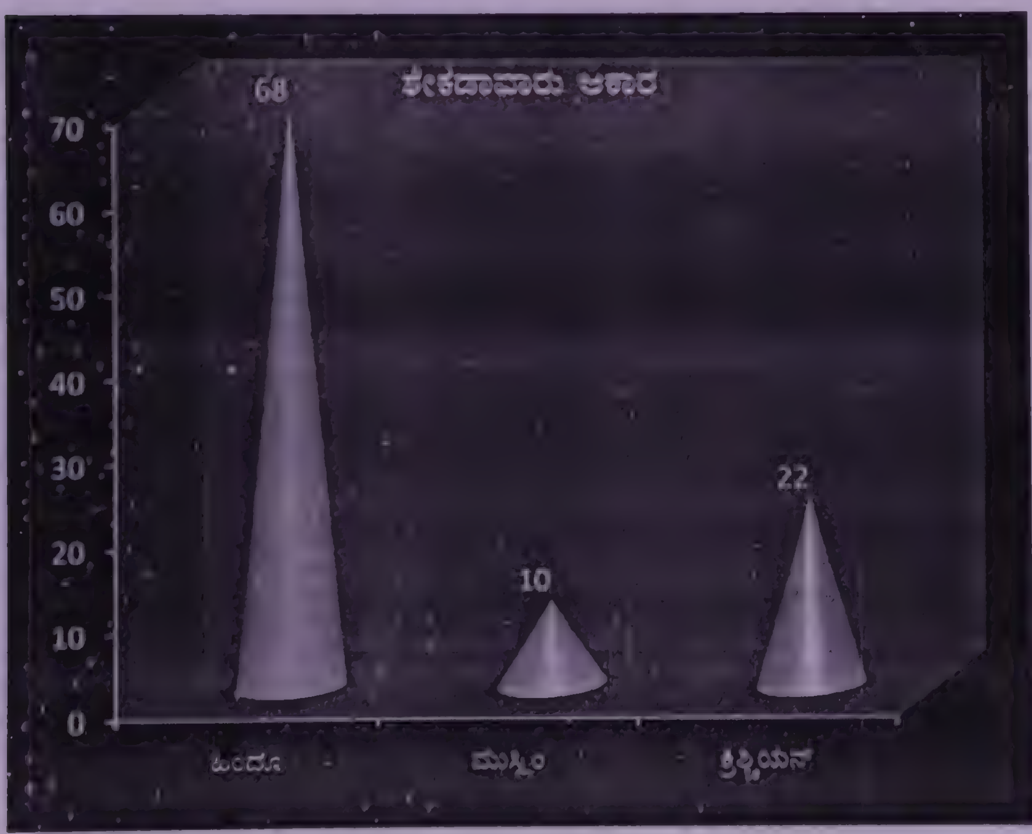
ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಸಹಕಾರಿ ಹಾಗೂ ಸಾಧಾರಣ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ ತನ್ನ ಛಾಪನ್ನೂ ಮೂಡಿಸುತ್ತಿದೆ ಎಂದರ್ಥವಲ್ಲವೇ?

ಪ್ರಶ್ನೆ 6: ಧರ್ಮ

ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆ ಯಾವುದೇ ಧರ್ಮದ ಅಡೆತಡೆ ಇಲ್ಲ ಎಲ್ಲಾ ಧರ್ಮದ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಹೊಂದಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಧ್ಯೇಯವನ್ನು ಬಯಸುವಾಗ ಯೋಗಾ ತರಬೇತಿ ನೀಡುವಾಗಲೂ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತಗೊಳಿಸದೆ. ಪ್ರಧಾನ ಮೂರು ಧರ್ಮಗಳ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಲಾಯಿತು. ಸಂಶೋಧನೆಯ ಸಂಧರ್ಭದಲ್ಲಿ 68% ಹಿಂದೂಗಳೂ 10% ಮುಸ್ಲಮಾನರು 22% ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ನರು ಭಾಗವಹಿಸಿದರು. ಸರ್ವ ಧರ್ಮದ ಸಮ್ಮೇಳನವಾಗಿ ಯೋಗ ತರಬೇತಿ ಹೊಂದುವುದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಶೋಧನೆಗೆ ಪ್ರೇರಕರಾದರು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 5 ಧರ್ಮ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ಹಿಂದೂ	68	68
ಮುಸ್ಲಿಂ	10	10
ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್	22	22
ಒಟ್ಟು	100	100



ಪ್ರಶ್ನೆ: 12 ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಿಂದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಗಮನಾರ್ಹ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಿದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಅನಿಸುತ್ತಿದೆಯಾ

ಸಂಶೋಧನೆಯ ಮೂಲಭೂತ ಅಂಶವನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿಯಲು ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಯಲ್ಲಿ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಯೋಗ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಶೇಕಡಾ 68% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹೌದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು. ಶೇಕಡಾ 32% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 10 ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಿಂದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಗಮನಾರ್ಹ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಿದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಅನಿಸುತ್ತಿದೆಯಾ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	**ಶೇಕಡವಾರು**
ಹೌದು	68	68
ಇಲ್ಲ	32	32
ಒಟ್ಟು	100	100



ಮೇಲಿನ ಶೇಕಡಾವಾರು ಪ್ರತಿಸ್ಪರ್ಧಿಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಪೂರಕ ಎಂಬುದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿರುವುದು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಮೂಲ ಧ್ಯೇಯವಾಗಿದೆ.

ಪ್ರಶ್ನೆ: 13 ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಿದ್ದರೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಬದಲಾವಣೆ.

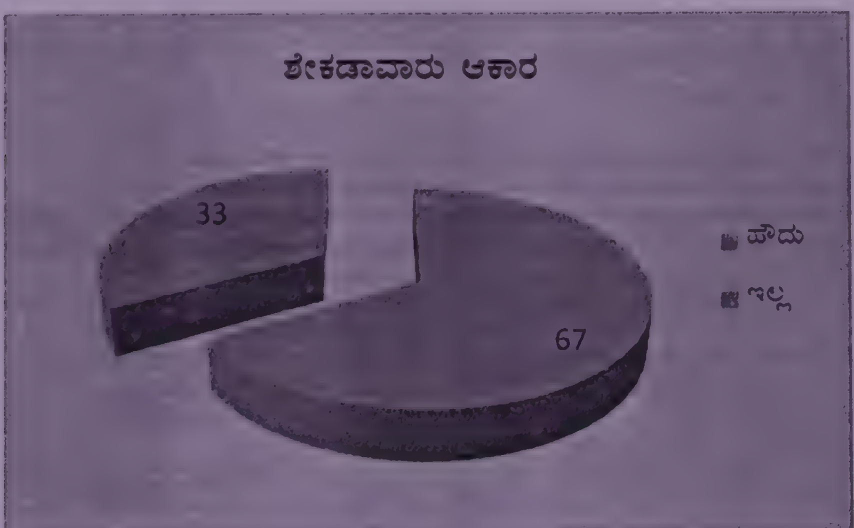
ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಗಮನಾರ್ಹ ಬದಲಾವಣೆ ಎಂದಾಕ್ಷಣ ಯಾವುದೇ ಒಂದು ಮಾನದಂಡದಿಂದ ನಿರ್ಣಯಾಗದೆ ಐದು ಮೂಲಭೂತ ಅಂಶಗಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಯಾ ಬದಲಾವಣೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುವ ಅಂಶಗಳನೊಳಗೊಂಡು ಸಂಶೋಧನಾತ್ಮಕ ಚಿತ್ರಣವು ಈ ಕೆಳಗಿನಂತೆ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಿಂದ ಕಂಡು ಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಅ) ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ.

ಶೇಕಡಾ 67% ಪ್ರಮಾಣದ ಮಂದಿ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ. ಹೌದು ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಟ್ಟಿರುವರು. ಶೇಕಡಾ 33% ಪ್ರಮಾಣವಾರು ಮಂದಿ ಇಲ್ಲ ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದಾರೆ.

ಕೋಷ್ಟಕ: 11 ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ.

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ಹೌದು	67	67
ಇಲ್ಲ	33	33
ಒಟ್ಟು	100	100



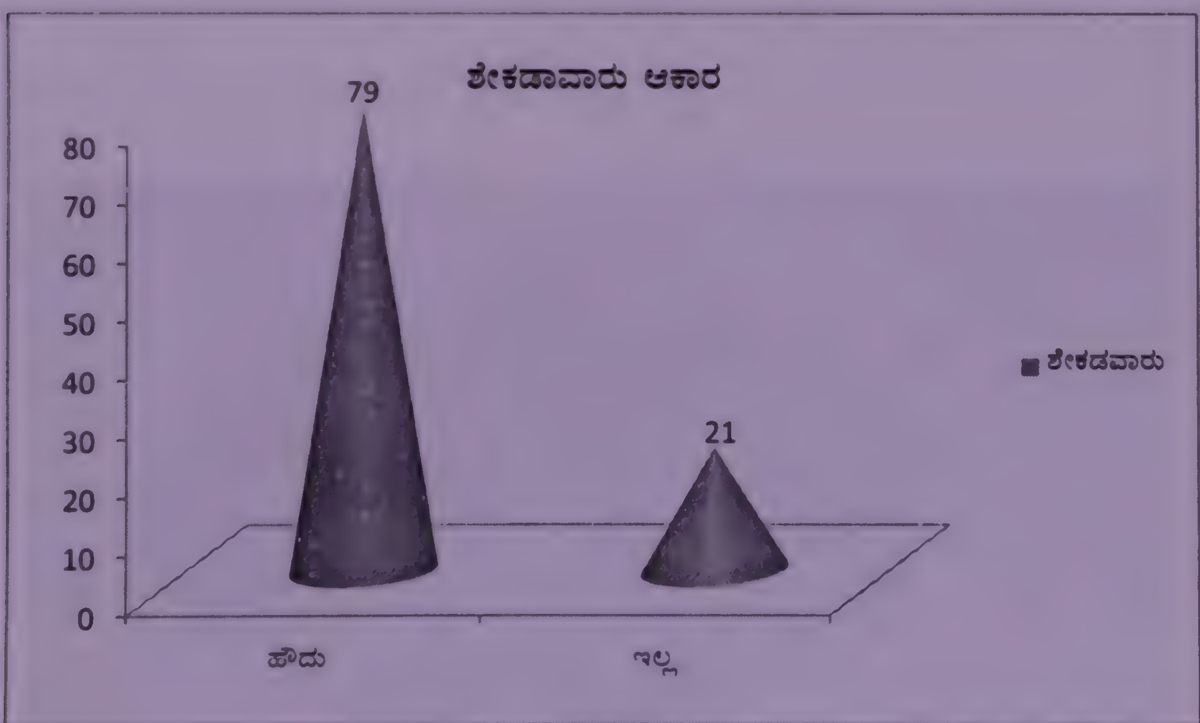
ಅತ್ಯಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಟ್ಟಿರುವುದು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಮಹತ್ತ್ವವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಬಹುಷಃ ಇನ್ನೂ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಆಸಕ್ತರಾಗಬೇಕಾಗ ಬಹುದು.

ಆ) ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆಗುತ್ತಿದೆ.

ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಎಂಬುವುದು ಮನುಷ್ಯ ಸಾಧನೆಗೆ ಭದ್ರ ಬುನಾದಿ. ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲೂ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಗತ್ಯ. ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಿಂದ ಶೇಕಡಾ 79% ಪ್ರಮಾಣವಾರು ಮಂದಿ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆಗುತ್ತಿರುವುದು ಹೌದು ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಟ್ಟರು. 21% ಪ್ರಮಾಣವಾರು ಮಂದಿ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆಗುತ್ತಿರುವುದು ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸಿದರು. ಇಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವ ಗಮನಾರ್ಹ ಅಂಶವೆಂದರೆ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆಗುತಿದೆ. ಎಂಬುದ ಸಾಧನೆಗೆ ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೋಷ್ಟಕ: 12 ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆಗುತ್ತಿದೆ.

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ಹೌದು	79	79
ಇಲ್ಲ	21	21
ಒಟ್ಟು	100	100





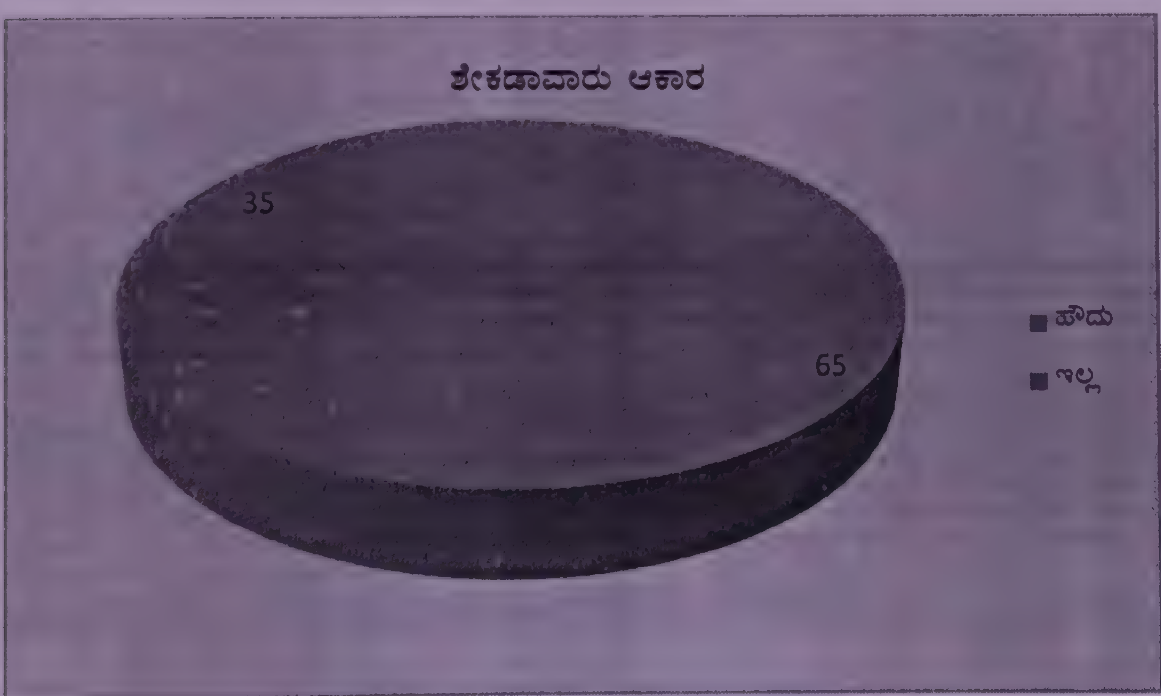
ಇ) ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿರತೆ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ.

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಜ್ಞಾನಾರ್ಜನೆಯಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ಅಂಶವೆಂದರೆ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿರತೆ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿಯ ಮನಸ್ಥಿತಿ. ಈ ರೀತಿಯ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು.

ಯೋಗಾಬ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿರತೆ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ ಎಂದು 65% ಶೇಕಡಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹೌದು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು. 35% ಶೇಕಡಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಪಟ್ಟಿರು .

ಕೋಷ್ಟಕ: 13 ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿರತೆ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ.

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ಹೌದು	65	65
ಇಲ್ಲ	35	35
ಒಟ್ಟು	100	100



ಈ) ಪ್ರಶ್ನೆ: ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪನಾಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಗೊಂಡಿದೆ.

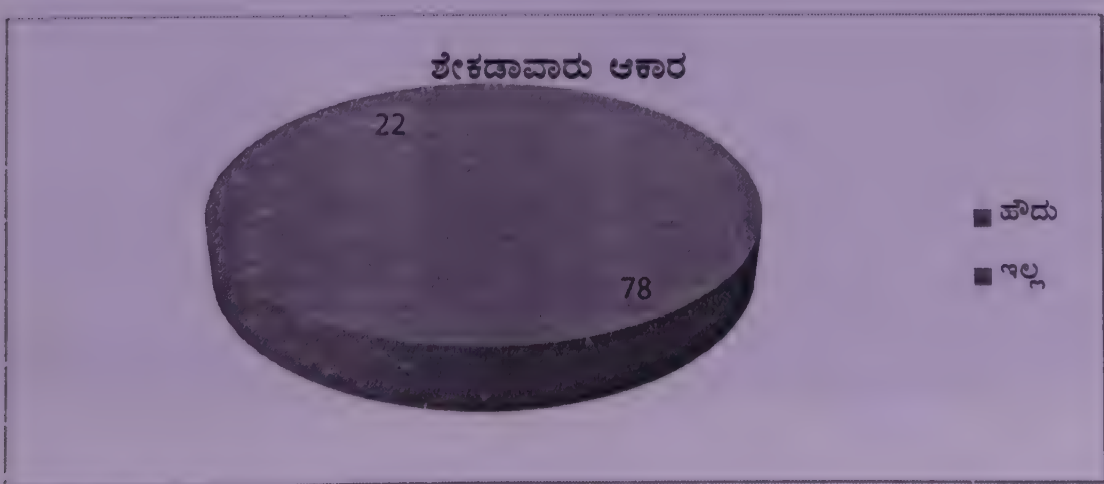
ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಪಾಠದಲ್ಲಿ ಮಗ್ನರಾಗ ಬೇಕಾದರೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಏಕಾಗ್ರ ಚಿತ್ತ ಅಗತ್ಯ. ಅದೇ ರೀತಿ ತರಗತಿಯ ಯಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಸನ್ನಿವೇಶದಲ್ಲಿ ಕಲಿತ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸರಿಯಾದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬಳಕೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಜ್ಞಾಪನಾ ಶಕ್ತಿ. ಉದಾ: ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಪಾಠವನ್ನು ಏಕಾಗ್ರ ಚಿತ್ತದಿಂದ ಆಲಿಸುವುದು ಏಕಾಗ್ರತೆಯಾದರೆ, ತರಗತಿಯಲ್ಲಿ ಕಲಿತ ವಿಷಯವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆ ಯಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಿಸಲು ಸಮರ್ಥನಾಗಿರುವುದು ಜ್ಞಾಪನಾ ಶಕ್ತಿಯ ಬಳಕೆ ಇದು ಎರಡೂ ಉತ್ತಮಗೊಂಡರೆ ದೇಶದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹಾಗೂ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಬಹುದು.

ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಮೂಲಕ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪನಾಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಗೊಂಡದು ಹೌದು ಎಂದು 78% ಶೇಕಡಾ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರೂ 22% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು.

ಹೌದು ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಸಹಜವಾಗಿ ತಮ್ಮ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ತಯಾರಿಯಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಇನ್ನೂ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರೊಂದಿಗೆ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡತಕ್ಕದ್ದು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 14 ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪನಾಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಗೊಂಡಿದೆ.

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ಹೌದು	78	78
ಇಲ್ಲ	22	22
ಒಟ್ಟು	100	100



ಉ) ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ನೈತಿಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಮೌಲ್ಯಗಳನ್ನು ಶಿಕ್ಷಣದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಕುಚಿತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಗಣಿಸದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ತನ್ನನ್ನು ಪ್ರಶ್ನಿಸುವ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಂಸ್ಕೃತಿಗಳ ಅತ್ಯುನ್ನತ ಸಂಕೇತಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದಾಗಿದೆ. ಈ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವದ ಜ್ಞಾನದ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ 63% ಶೇಕಡಾ ಮಂದಿ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಹೌದು ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು. 37% ಮಂದಿ ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವುದು ಅಲ್ಲಿ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು.

ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಚಿಂತನೆ ಶಿಕ್ಷಣದ ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗವಾದಾಗ ಸತ್ಯಶೋಧನೆಯಿಂದ ಸಾರ್ಥಕ ಜೀವನ ನಡೆಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ದುಃಖದಿಂದ ಮುಕ್ತಿ ಹೊಂದುವುದೇ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಮಂತ್ರವಾಗಬೇಕು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 15 ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ಹೌದು	63	63
ಇಲ್ಲ	37	37
ಒಟ್ಟು	100	100

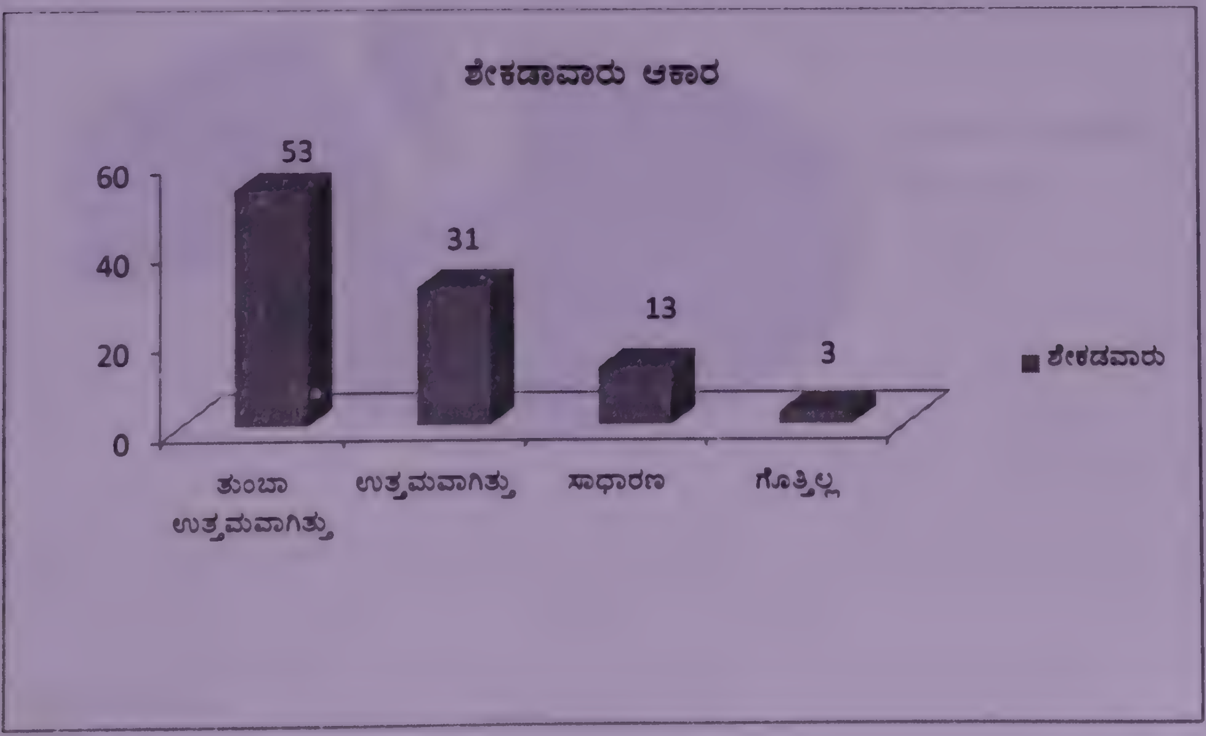


ಪ್ರಶ್ನೆ: 14 ಯೋಗ ತರಬೇತಿದಾರರ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯ

ಯೋಗ ತರಬೇತಿದಾರರ ತರಬೇತಿ ಶಿಕ್ಷಕನ್ನು ನೀಡುವ ಶಿಕ್ಷಣದ ತರಬೇತಿಯ ಕ್ರಮ ಮಹತ್ವವುಳ್ಳದ್ದು. ಕ್ರಮ ಬದ್ಧವಾದ ಶಿಕ್ಷಣದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಫಲಿತಾಂಶ ನೀರಿಕ್ಷಿಸಬಹುದು ಯೋಗಾಬ್ಯಾಸದ ಸ್ಪಷ್ಟ ಫಲಿತಾಂಶ ಬರಬೇಕಾದರೂ ಯೋಗ ತರಬೇತಿದಾರರ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು 53% ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸಿದರೆ. ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು ಎಂಬುವುದನ್ನು 31% ಮಂದಿ ಹೇಳಿದರೂ 13% ಮಂದಿ ಸಾಧಾರಣವಾಗಿತ್ತು ಎಂದರೆ 3% ಮಂದಿ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು. ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ದಿಗೆ ನೀಡಿದ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದ ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳು ಗುಣಾತ್ಮಕ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 16 ಯೋಗ ತರಬೇತಿದಾರರ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು	53	53
ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು	31	31
ಸಾಧಾರಣ	13	13
ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ	3	3
ಒಟ್ಟು	100	100

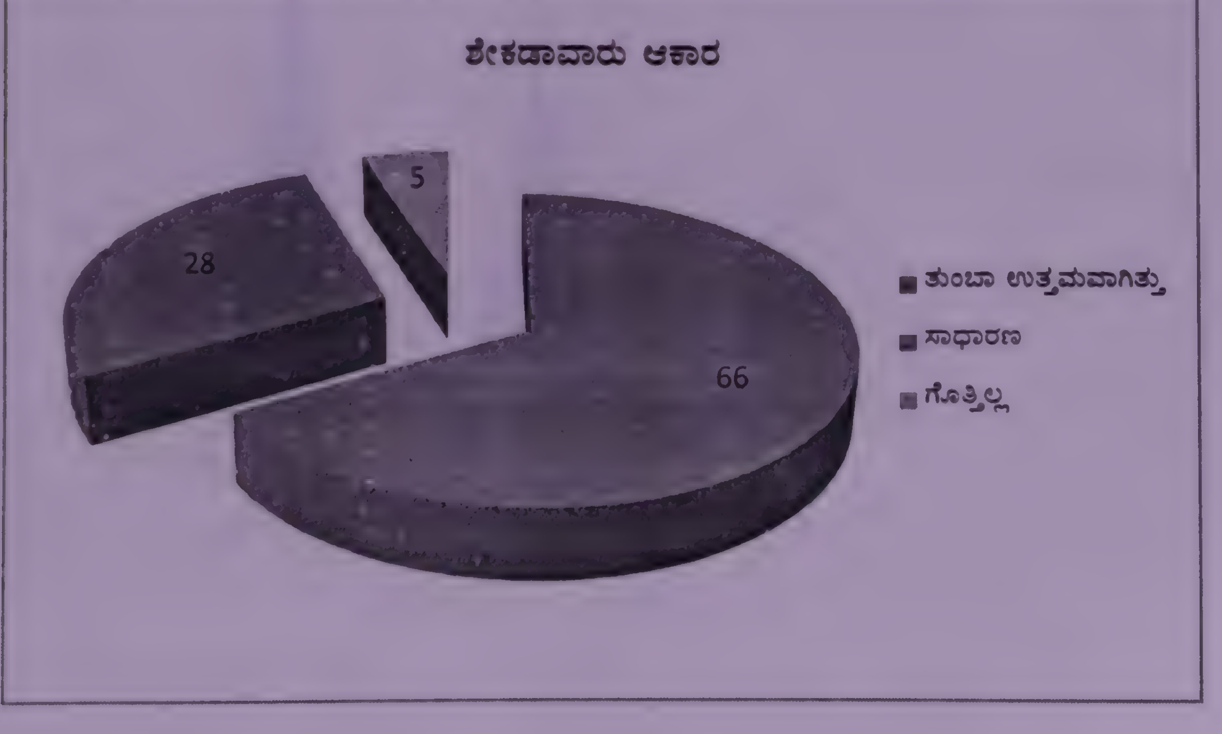


ಅ) ಯೋಗ ಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳುಕೆ.

ಇದೇ ಪ್ರಶ್ನೆ ಮುಂದುವರಿದ ಭಾಗವಾಗಿ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಆಧಾರದಲ್ಲಿ ತರಬೇತುದಾರರನ್ನು ಮೌಲ್ಯ ಮಾಪನ ಮಾಡಲಾಯಿತು. ಅದರಲ್ಲಿ ಯೋಗ ತರಬೇತುದಾರರ ಯೋಗ ದ್ಯಾನ 66% ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು. 28% ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು. 5% ಸಾಧಾರಣವಾಗಿತ್ತು ಒಬ್ಬ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿತು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 17 ಯೋಗ ಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳುಕೆ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು	66	66
ಸಾಧಾರಣ	28	28
ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ	5	5
ಒಟ್ಟು	100	100

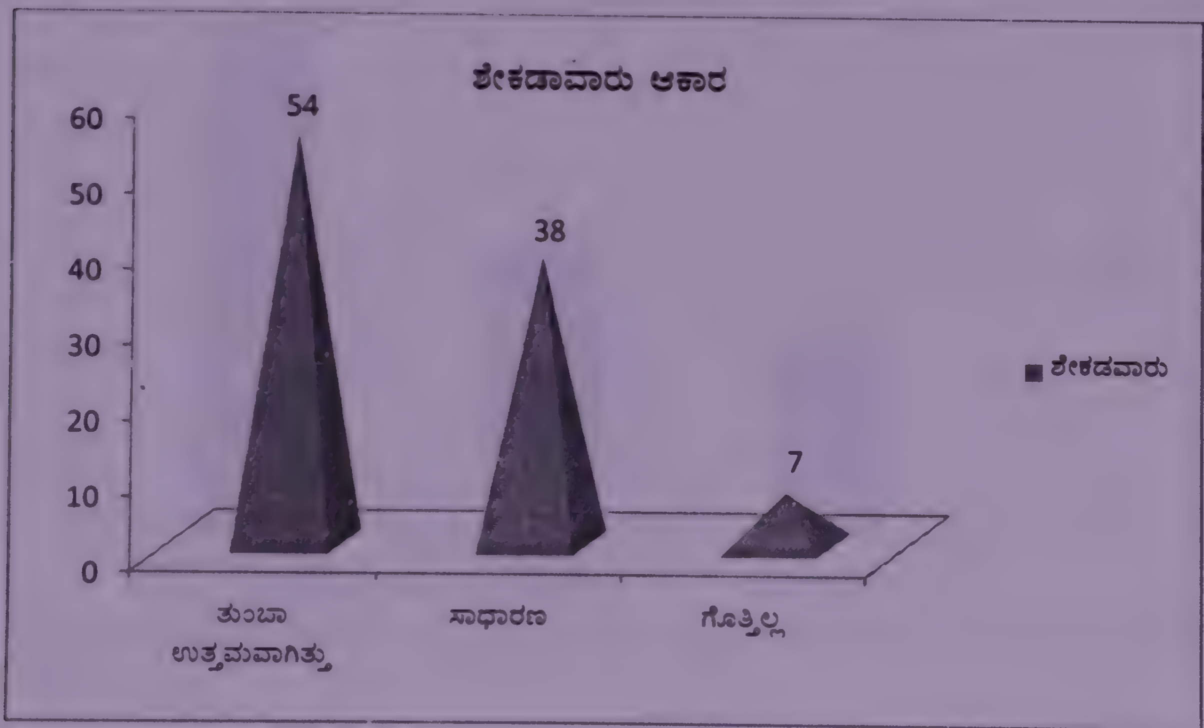


ಆ) ಯೋಗ ಅಭ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ:

ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಗೊಳಿಸುವಾಗ ಅದರ ಅರ್ಥ ಮಾಡಲು ಕ್ರಮ ಉಪಯೋಗ ವಿವರಿಸುವುದು ಅಗತ್ಯ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ ತರಬೇತುದಾರರ ಬಗ್ಗೆ ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು ಎಂದು 54% ಮಂದಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು ಎಂದು 38% ಮಂದಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರು. 7% ಮಂದಿ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 18 ಯೋಗ ಅಭ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡವಾರು
ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು	54	54
ಸಾಧಾರಣ	38	38
ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ	7	7
ಒಟ್ಟು	100	100

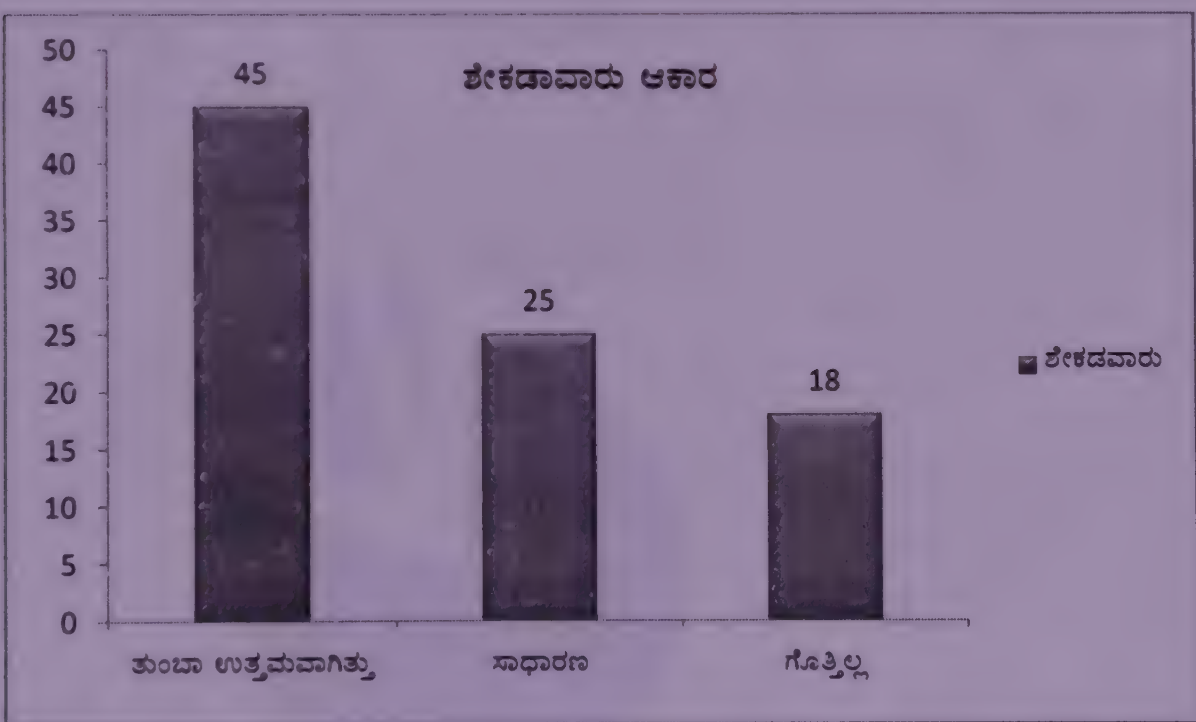


ಇ) ಸಂಶಯ ನಿವಾರಣೆಯ

ಸಂಶಯ ನಿವಾರಣೆಯ ಕುರಿತಾಗಿ 45% ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು 25% ಮಂದಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು 18% ಸಾಧಾರಣವಾಗಿತ್ತು 12% ಮಂದಿ ಇಷ್ಟವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ವಿಮರ್ಶಿಸಿದರು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 19 ಸಂಶಯ ನಿವಾರಣೆಯ ಕುರಿತಾಗಿ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡವಾರು
ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು	45	45
ಸಾಧಾರಣ	25	25
ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ	18	18
ಒಟ್ಟು	100	100



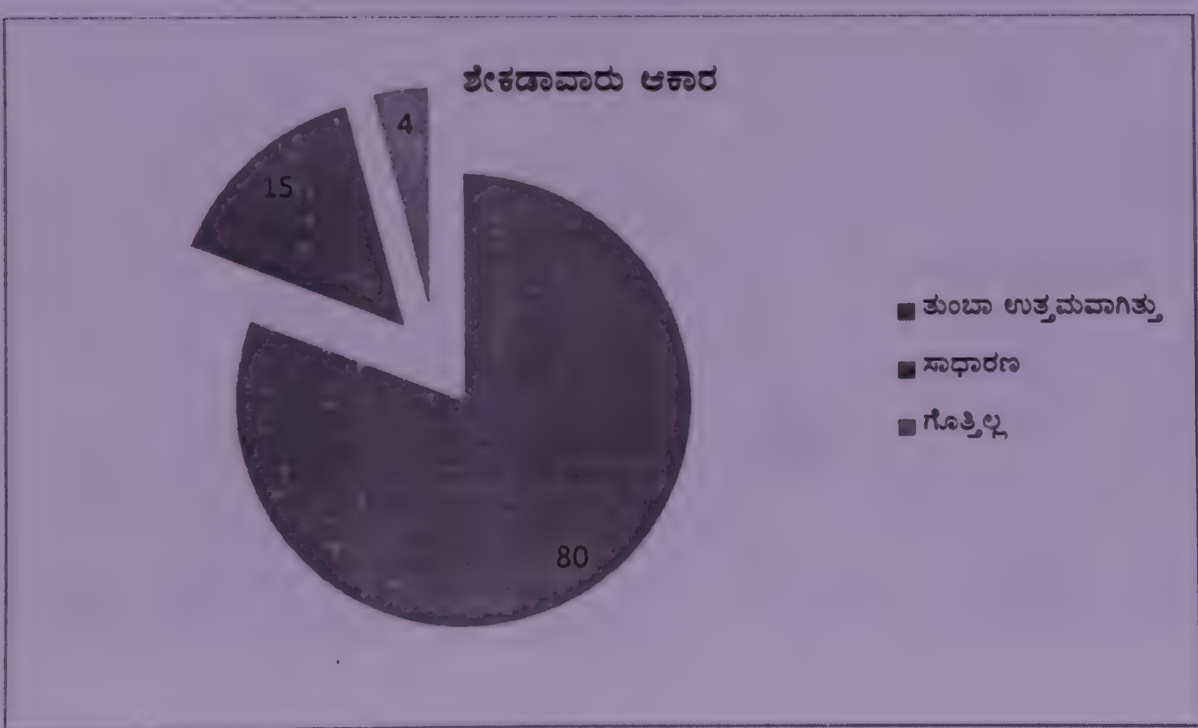


ಈ)ಸಮಯ ಪಾಲನೆ:

ಸಮಯಪ್ರಜ್ಞೆ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಜವಬ್ದಾರಿಯುತ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಮೂಲ ಕರ್ತವ್ಯ ಈ ಕುರಿತಾಗಿ ಯೋಗ ತರಬೇತುದಾರರ ಸಮಯ ಪಾಲನೆ ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು ಎಂದು 80% ಮಂದಿ ತಿಳಿಸಿದರೆ 15% ಮಂದಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು ಎಂದರು. 4% ಮಂದಿ ಸಾಧಾರಣವಾಗಿದೆ ಎಂದರೆ ಒಬ್ಬನಿಗೆ ಇಷ್ಟವಾಗಿಲ್ಲ.

ಕೋಷ್ಟಕ: 20 ಸಮಯ ಪಾಲನೆ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡವಾರು
ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು	80	80
ಸಾಧಾರಣ	15	15
ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ	4	4
ಒಟ್ಟು	100	100



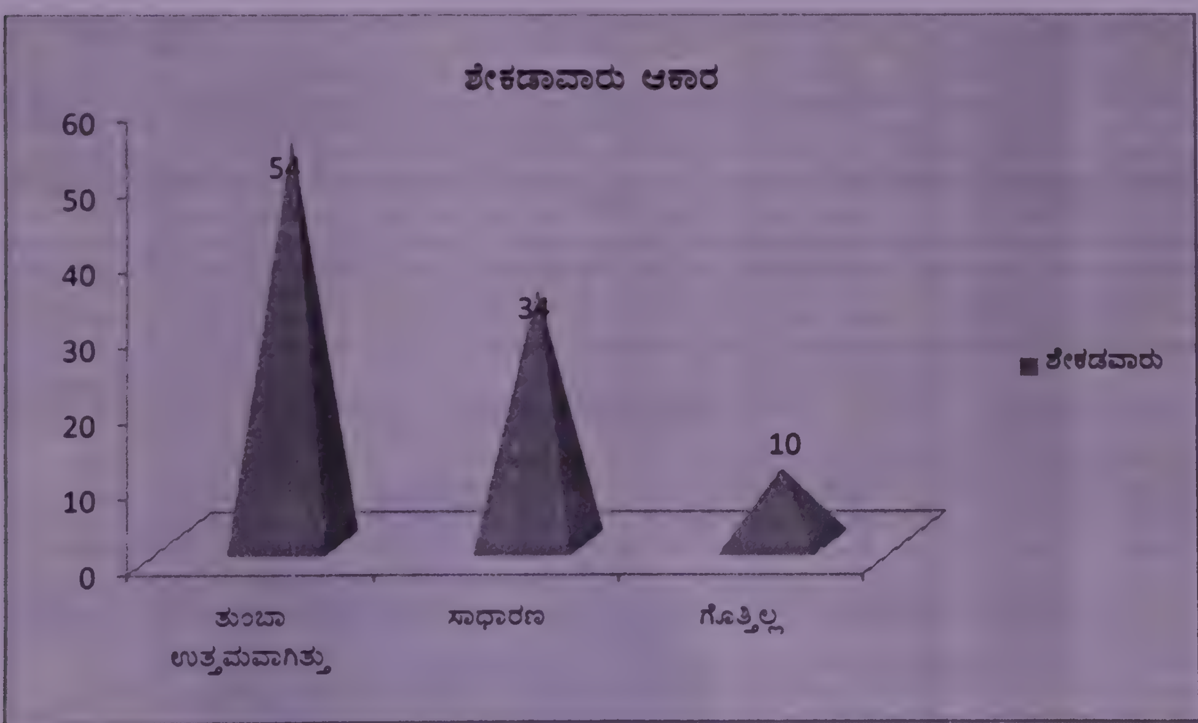


ಉ) ತರಬೇತಿಯ ಶೈಲಿ

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ತನ್ನದೇ ಶೈಲಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿಕೊಂಡು ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ಯೋಗ ತರಬೇತುದಾರನ ತರಬೇತಿಯ ಶೈಲಿಯ 'ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು' 54% ಮಂದಿ 'ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು' ಎಂದು 34% ಮಂದಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು 10% ಮಂದಿಗೆ ಸಾಧಾರಣವಾಗಿದ್ದರೆ. 2% ಮಂದಿಗೆ ತರಬೇತಿ ಶೈಲಿಯೂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 21 ತರಬೇತಿಯ ಶೈಲಿ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡವಾರು
ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು	54	54
ಸಾಧಾರಣ	34	34
ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ	10	10
ಒಟ್ಟು	100	100



ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಶಿಕ್ಷಕ/ಶಿಕ್ಷಕಿ ಹಾಗೂ ತರಬೇತುದಾರರ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ತಯಾರಾಗಿರಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಅಗತ್ಯ ಎಂಬುವುದು ಸತ್ಯ.

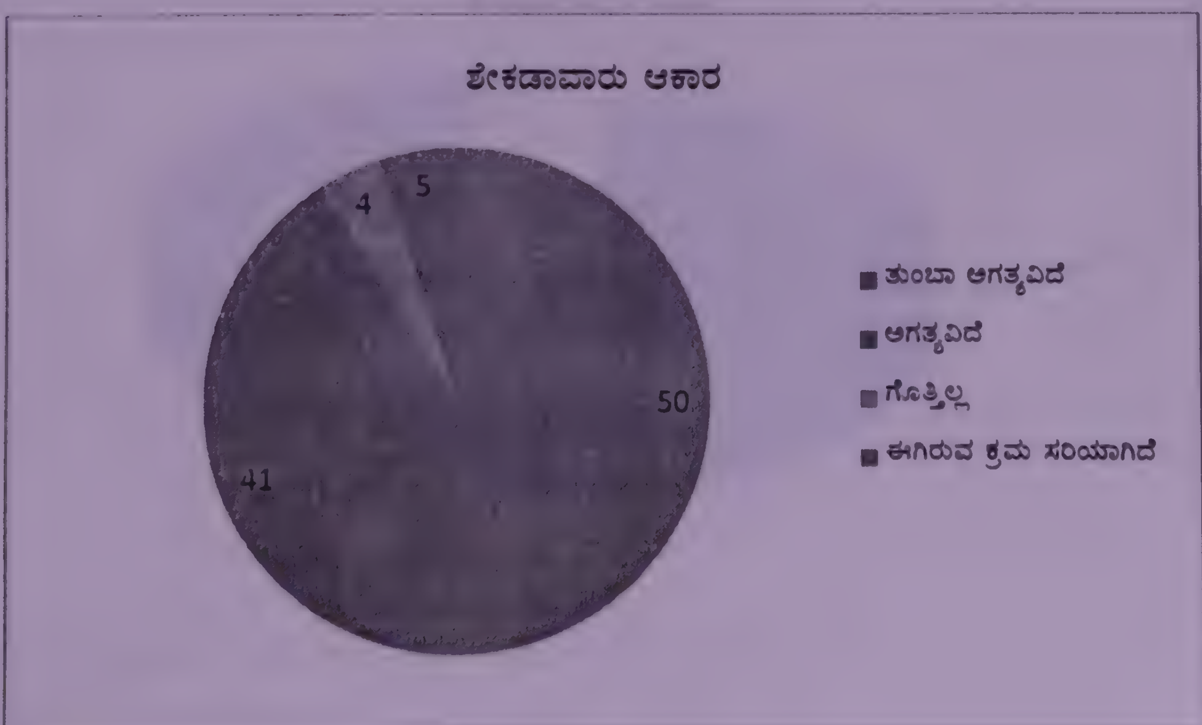
ಪ್ರಶ್ನೆ: 15 ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯು ಮುಂದುವರಿದ ಅಭ್ಯಾಸವು ಅಗತ್ಯವೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿದೆಯಾ

ಯಾವುದೇ ಒಂದು ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ನಿರಂತರವಾದ ಅಭ್ಯಾಸವಿದ್ದಾಗ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಫಲಿತಾಂಶ ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ನಿರಂತವಾದ ಸಾಧನೆ ಅಗತ್ಯ ಅದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾದ ಯೋಗಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ಸಹ ಅಗತ್ಯವೇ ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಲ್ಲಿ 50% ಮಂದಿ ತುಂಬಾ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು 41% ಮಂದಿ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎಂದು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದರೆ 10% ಮಂದಿ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ ಎಂದರು, ಕೇವಲ 2% ಮಂದಿ ಅಗತ್ಯ ಇಲ್ಲ ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು.

ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಯೋಗಭ್ಯಾಸದ ಅಲ್ಪ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯ ತುಂಬಾ ಅಗತ್ಯ ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯವು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಅಗತ್ಯತೆಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೋಷ್ಟಕ: 22 ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯು ಮುಂದುವರಿದ ಅಭ್ಯಾಸವು ಅಗತ್ಯವೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿದೆಯಾ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ತುಂಬಾ ಅಗತ್ಯವಿದೆ	50	50
ಅಗತ್ಯವಿದೆ	41	41
ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ	4	4
ಈಗಿರುವ ಕ್ರಮ ಸರಿಯಾಗಿದೆ	5	5
ಒಟ್ಟು	100	100

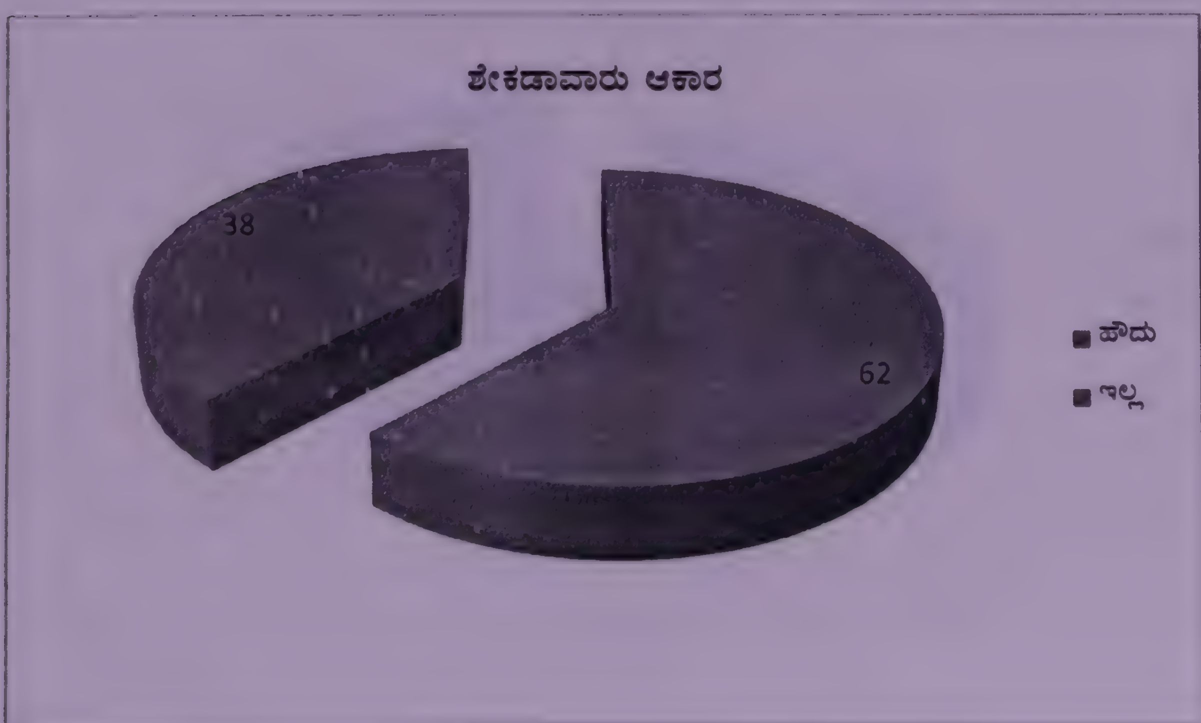


ಪ್ರಶ್ನೆ 16: ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕಿದರೆ ನೀವು ಭಾಗವಹಿಸುವಿರಾ

ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಯ ಮೂಲಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಯೋಗಾಸಕ್ತಿಯನ್ನು ಅರಿಯುವ ಒಂದು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಿದಾಗ ಹೌದು ಎಂದು 62% ಮಂದಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟರು. 38% ಮಂದಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದು ಇಲ್ಲ ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ಬಂದಿರುತ್ತಾರೆ ಇವರಿಗೆ ಯೋಗಾಸಕ್ತಿಯ ಕೊರತೆ ಕಾಡುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದೆ.

ೋಷ್ಟಕ: 23 ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕಿದರೆ ನೀವು ಭಾಗವಹಿಸುವಿರಾ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡಾವಾರು
ಹೌದು	62	62
ಇಲ್ಲ	38	38
ಒಟ್ಟು	100	100



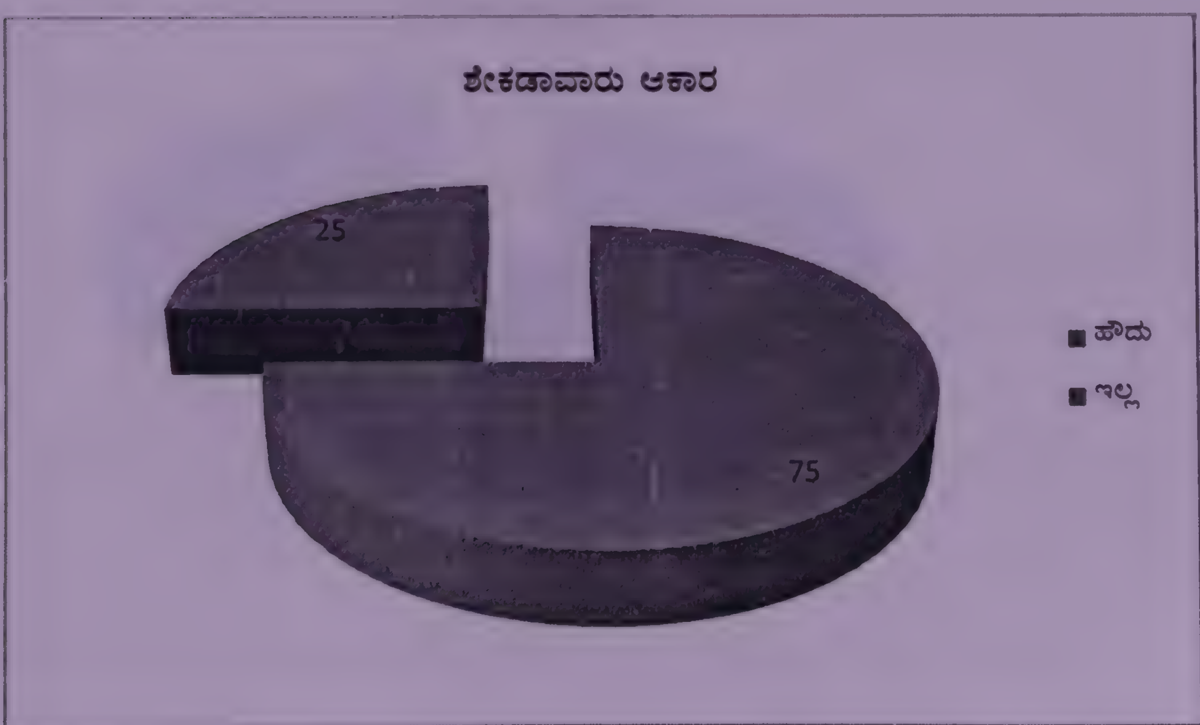


ಪ್ರಶ್ನೆ:17: ಇದೇ ರೀತಿಯ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಇತರರು ಭಾಗವಹಿಸಲು ಪ್ರೇರಕರಾಗುವಿರಾ.

ಯಾವುದೇ ಒಂದು ವಿದ್ಯೆಯಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನ ಕಂಡುಕೊಂಡಾಗ ಅದನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ ಆ ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ಕಲಿಯುವಂತೆ ಪ್ರೇರಣೆ ಮಾಡುವುದು ಆರೋಗ್ಯವಂತರ ಹಾಗೂ ಜ್ಞಾನಿಗಳ ಒಳ್ಳೆಯ ಗುಣ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಪಡೆದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ 75% ಮಂದಿ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಇತರರು ಭಾಗವಹಿಸುವ ಪ್ರೇರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಹೌದು ಎಂದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸಿದರು 25% ಮಂದಿ ಪ್ರೇರನರಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 24 ಇದೇ ರೀತಿಯ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಇತರರು ಭಾಗವಹಿಸಲು ಪ್ರೇರಕರಾಗುವಿರಾ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	**ಶೇಕಡವಾರು**
ಹೌದು	75	75
ಇಲ್ಲ	25	25
ಒಟ್ಟು	100	100

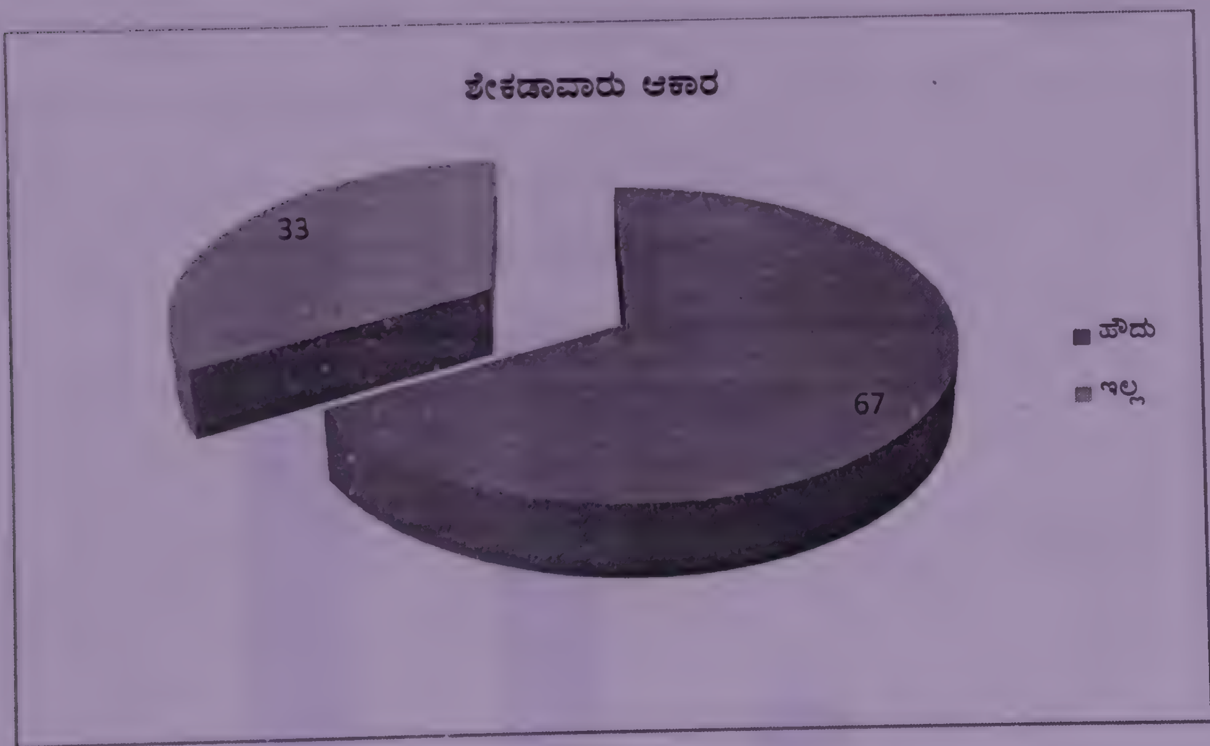


ಪ್ರಶ್ನೆ 18: ಇದೇ ತರಬೇತಿದಾರರು ಮುಂದೆ ಆಯೋಜಿಸುತ್ತಿರುವ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವಿರಾ?

ಮುಂದುವರಿದ ಅಭ್ಯಾಸ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲು ಇಚ್ಛಿಸಿದವರಲ್ಲಿ 67% ಮಂದಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದು ಇಲ್ಲ ಎಂಬ ನಿರ್ಣಯಕ್ಕೆ ಬಂದರು ಅಂದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನವರು ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಆಸಕ್ತರಲ್ಲ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿರಬಹುದು.

ಕೋಷ್ಟಕ: 25 ಇದೇ ತರಬೇತಿದಾರರು ಮುಂದೆ ಆಯೋಜಿಸುತ್ತಿರುವ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವಿರಾ?

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	**ಶೇಕಡವಾರು**
ಹೌದು	67	67
ಇಲ್ಲ	33	33
ಒಟ್ಟು	100	100



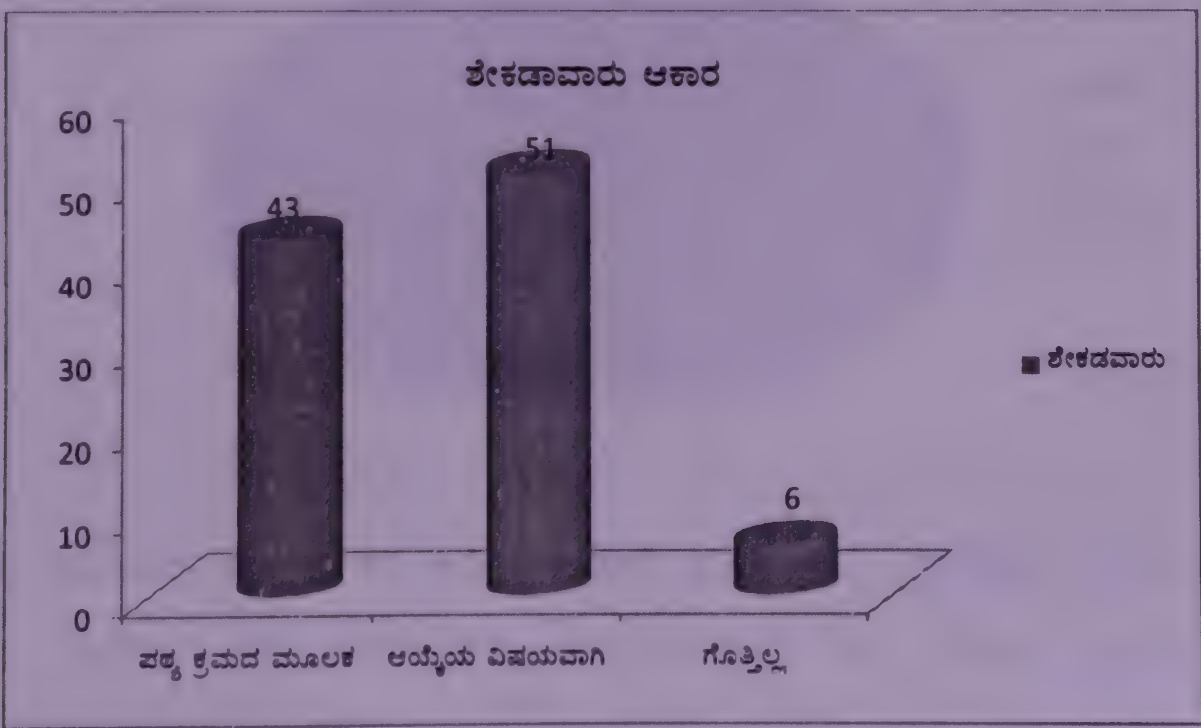


ಪ್ರಶ್ನೆ 19: ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಆಚರಣೆಗೆ ತರಬೇಕೆಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತೀರಾ?

ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಸೇರ್ಪಡೆ ಮಾಡುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಹಲವಾರು ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಈ ಸಂಧರ್ಭದಲ್ಲಿ ಯೋಗ ತರಬೇತಿ ಹೊಂದಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಪಠ್ಯಪುಸ್ತಕದ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಆಚರಣೆಗೆ ತರಬೇಕೆಂದು 43% ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತ ಪಡಿಸಿದರೂ.

ಕೋಷ್ಟಕ: 26 ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಆಚರಣೆಗೆ ತರಬೇಕೆಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತೀರಾ?

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡವಾರು
ಪಠ್ಯ ಕ್ರಮದ ಮೂಲಕ	43	43
ಆಯ್ಕೆಯ ವಿಷಯವಾಗಿ	51	51
ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ	6	6
ಒಟ್ಟು	100	100





ಪ್ರಶ್ನೆ 20: ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣವು ಒಂದು ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾದದ್ದು ಎಂದು ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವೇ?

ಎಷ್ಟೋ ಸಾರಿ ಒಂದು ಉತ್ತಮ ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತರುವಾಗ ಧರ್ಮದ ನಿರ್ಬಂಧಗಳು ಮೂಡಿ ಬರುವುದು ಸಹಜ ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಯೋಗವನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತರುವುದು ಈ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಕಂಡು ಬಂದಿರುವ ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಹೊಂದಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ 78% ಮಂದಿ ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣವು ಒಂದು ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತ ಅಲ್ಲ ಎಂದು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದರೆ 8% ಮಂದಿ ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾದದ್ದು ಎಂದು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದರು. 14 ಮಂದಿ ಯಾವುದೇ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಲಿಲ್ಲ.

ಕೋಷ್ಟಕ: 27 ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣವು ಒಂದು ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾದದ್ದು ಎಂದು ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವೇ

	ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಗಳು	ಶೇಕಡವಾರು
ಹೌದು	8	8
ಇಲ್ಲ	78	33
ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ	14	14
ಒಟ್ಟು	100	100



ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಹೊಂದಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ ಯೋಗವನ್ನು ಶಿಕ್ಷಣದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮದ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ತಡೆಯುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ತರಲು ಪ್ರೇರಕವಾಗಬಹುದು.

ಅಧ್ಯಾಯ –೪ ಸಾರ, ಶೋಧನೆ, ಸಲಹೆಸೂಚನೆಗಳು ಸಮಾರೋಪ

ಸಾರ: ಶಿಕ್ಷಣವು ಅನುಭವಗಳ ನಿರಂತರ ಪುನಃರಚನೆಯ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಬಾಳನ್ನು ಸಾಗಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮೂಡಿ ಬಂದಾಗ, ಸಂಪ್ರದಾಯ ಬದ್ಧ ಮನಸ್ಸು ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಗತಿ ಶೀಲ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಪುನಃರ್‌ಚಿಸಿಕೊಂಡು ಕಾರ್ಯ ಸಾಧನೆ ಮಾಡುವಂತಾಗಬೇಕು.

ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಎಂಬುವುದು ಒಂದು ಚೌಕಟ್ಟಿನ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಹೊಂದಿ ಉದ್ಯೋಗವಂತರೆನಿಸುವುದು ಮಾತ್ರ ಅಲ್ಲ ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಎಂಬುವುದು ಜೀವಿತದ ಕೊನೆಯ ಕ್ಷಣದವರೆಗೆ ಸ್ವಸಾಮರ್ಥ್ಯದಿಂದ ಬದುಕಿ ಕ್ರೀಯಾಶೀಲರಾಗಿದ್ದುಕೊಂಡು ಅಭಿವೃದ್ದಿಯ ಪರಿಕಲ್ಪನೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಭಾಗಿಗಳಾಗುವುದು.

ಕ್ರೀಯಾಶೀಲ ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲವೆಂದರೆ ಬೌದ್ಧಿಕ ಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ ನೈತಿಕ ಮೌಲ್ಯ ಹಾಗೂ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಾಗಿದೆ.ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ದಿಯೆಂದರೆ ಕೇವಲ ಬೌದ್ಧಿಕ ತರಬೇತಿಯ ಪ್ರಗತಿಯಾಗದೆ ದೈಹಿಕ ಮಾನಸಿಕ, ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಸಾಮಾಜಿಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಉನ್ನತ ಸ್ಥರವನ್ನು ಹೊಂದುವುದಾಗಿದೆ.

ಭಾರತೀಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಪದ್ಧತಿಯು ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಎಲ್ಲ ವಿಧದ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ವಯೋಮಾನದ ಜನರು ಅವರ ಕಲಿಕೆ ಮತ್ತು ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಮಾಜದ ಒಂದು ಚಟುವಟಿಕೆಯಾಗಿ ಮೂಡಿ ಬರುವಂತೆ ರೂಪಿಸುವುದಾಗಿದೆ. ಶಿಕ್ಷಣವು ಮನುಷ್ಯನನ್ನು ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಹಾಗೂ ವೈಯುಕ್ತಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಸಮರ್ಥನ್ನಾಗಿಸುವುದಾಗಿದೆ.

ಮಾನವ ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣ ನೇರ ಸಂಬಂದ ಕೊಡುವ ಅಥವಾ ಸಂಯೋಗ ಮಾಡುವ ಯೋಗ ವಿದ್ಯೆಯ ಮೂಲಕ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಾಧ್ಯವೇ ಎಂಬುವುದರ ಕುರಿತಾದ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ, ಅಧ್ಯಯನದ ಉದ್ದೇಶ, ವ್ಯಾಪ್ತಿ, ಪ್ರಯೋಜನ ಇತಿಮಿತಿಗಳನ್ನೊಳಗೊಂಡು ಒಂದನೇ ಅಧ್ಯಾಯನವು ಈ ಸಂಶೋಧನೆಯ ಸ್ಥೂಲ ಪರಿಚಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಶಿಕ್ಷಣ, ಶಿಕ್ಷಣದ ವ್ಯಾಖ್ಯೆ, ಧ್ಯೇಯ, ತಾತ್ಪೂರ್ತಿಕ ಗುರಿಗಳು, ಜಾಪಚಾರಿಕ ಮತ್ತು ಜಾಪಚಾರಿಕೇತರ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳ ವಿವರಣೆಯೊಂದಿಗೆ, ಯೋಗ, ಯೋಗದ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ, ಯೋಗದ ಪ್ರಕಾರಗಳು,ಯೋಗದ ಪ್ರಯೋಜನದ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಿಂದ ಪಡಯಬಹುದಾದ ಪ್ರಯೋಜನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಗಭ್ಯಾಸಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಶ್ನಾವಳಿಯ ಮೂಲಕ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ವೈಯುಕ್ತಿಕ ನೆಲೆಯ ಚಿತ್ರಣದೊಂದಿಗೆ, ಯೋಗ

ತರಬೇತಿಯ ಮೊದಲು ಯೋಗದ ಬಗ್ಗೆ ಅನುಭವ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಹಾಗೂ ನಿರೀಕ್ಷೆಗಳ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲಾಗಿದೆ.

ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಿಂದ ಕಂಡುಕೊಂಡ ಪ್ರಯೋಜನ, ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಅಭಿಪ್ರಾಯ ಮತ್ತು ಭವಿಷ್ಯತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣದ ಯೋಗವನ್ನು ಸೇರ್ಪಡೆಗೊಳಿಸುವ ವಿಚಾರವಾಗಿ ಸವಿಸ್ತಾರವಾದ ವಿಮರ್ಶೆಯನ್ನು ಶೇಕಡಾವಾರು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಶೋಧನೆ :

ಸಂಶೋಧನೆಗೆ ಎಂದಾಕ್ಷಣ ಯಾರು ಎಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಯೊಂದಿಗೆ ಅಧ್ಯಯನದ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಅರಿಯುವ ಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾದ ಚಿತ್ರಣವು ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ.ಅಧ್ಯಯನ ಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬಂದ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳೆಂದರೆ:

1. ಸಂಶೋಧನೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ಷೇತ್ರ ಪ್ರೌಢ ಶಾಲಾ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಆಗಿರುವುದರಿಂದ ೧೫ ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ವಯಸ್ಸಿನ ೬೩ ೧೫ ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ೨೦ ವರ್ಷದ ಒಳಗಿನ ೩೭ ವಿಧ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಭಾಗವಹಿಸಿದರು.
2. ಫ್ರೌಡಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಣದ ೯ನೇ ತರಗತಿಯ ೩೮% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ೬೨% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ೧೦ನೇ ತರಗತಿಯವರಾಗಿದ್ದರು.
3. ಅಧ್ಯಾಯನದಲ್ಲಿ ಮಾಸಿಕ ಆದಾಯ ೩೦೦೦ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದ ೨೫%, ೩೦೦೦ ರೂ ನಿಂದ ೫,೦೦೦ ರೂ ಮಾಸಿಕ ಆದಾಯವಿರುವ ಕುಟುಂಬದ ೩೦% ಮಂದಿ, ೫೦೦೦ ರೂ ಯಿಂದ ೭೦೦೦ ರೂ ಮಾಸಿಕ ಆದಾಯ ವಿದ್ದ ೧೧% ಮಂದಿ ಮಾಸಿಕ ಆದಾಯ ೭.೦೦೦ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿರುವ ೩೪% ಮಂದಿ ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು
4. ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ೫೩% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ೪೭% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರೂ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು.
5. ಹಿಂದೂ ಧರ್ಮದ ೬೮% ಮಂದಿ ಮುಸ್ಲಿಂ ಧರ್ಮದ ೧೦% ಮಂದಿ -ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ ಧರ್ಮದ ೨೨% ಮಂದಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಧರ್ಮ ನಿರ್ಬಂಧವಿಲ್ಲದೆ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಯಿತ್ತು.
6. ನಗರವಾಸಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ೯೩೫ ಹಾಗು ೭% ಮಂದಿ ಗ್ರಾಮೀಣವಾಸಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರು.

7. ಹಿಂದೂ, ಮುಸ್ಲಿಂ, ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ ಬೇಧವಿಲ್ಲದೆ ೬೮% ಹಿಂದು ಗಳು ೧೦% ಮುಸ್ಲಿಮರು ೨೨% ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನರು ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಸಹಕರಿಸಿದರು.

8. ನಗರ ಪ್ರದೇಶದ ೯೩೫ ಹಾಗೂ ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೆಶದ ೭% ಮಂದಿ ಭಗವಹಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಸಂಶೋಧನೆಗೆ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರದೇಶದ ಜನರು ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ತೊಡಗಿಕೊಂಡರು.

9. ಯೋಗ ತರಬೇತಿಕೊಡುವ ಮೊದಲು ಸುಮಾರು ೯% ಮಂದಿ ನಿತ್ಯ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ಅನುಭವಸ್ಥರು, ೭೮% ಮಂದಿ ಅಪರೂಪದ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದ ಅನುಭವಸ್ಥರಾಗಿದ್ದರೂ ೧೩% ಮಂದಿ ಪ್ರಥಮವಾಗಿ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿದವರಾಗಿದ್ದರು.

10. ಯೋಗದ ಬಗ್ಗೆ ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕ ಜ್ಞಾನದೊಂದಿಗೆ ೭೫೫ ಮಂದಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದರೆ ೨೫% ಮಂದಿ ತರಬೇತಿಯ ಅವಧಿಯ ಮೊದಲು ಯೋಗ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಿರಲಿಲ್ಲ.

11. ಯೋಗದಿಂದ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆ ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ಬಲವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು ೩೨% ಮಂದಿ ಸಾಧಾರಣ ಅಭಿವೃದ್ದಿ ಸಾಧ್ಯ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯೊಂದಿಗೆ ೩೩% ಮಂದಿ ಹಾಗೂ ೩೫% ಮಂದಿ ನಿರೀಕ್ಷೆ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು ಭಾಗವಹಿಸಿರುವುದು ಗಮನಾರ್ಹ.

12. ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಿಂದ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ತುಂಬಾ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ೩೮% ಮಂದಿ, ಸಾಧಾರಣ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ೪೪% ಮಂದಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.ಆದರೂ ೧೨% ಮಂದಿ ನಿರ್ಧಾರವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ೨% ಮಂದಿ ಹೇಳಿದರು.

13. ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಿಂದಾಗಿ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಗಮನಾರ್ಹ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಿದ್ದು ಹೌದು ಎಂದು ೬೮% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡರೆ, ೩೨% ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಿದರು.

14. ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ೬೭% ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆಗುತ್ತಿದೆ. ೭೯% ಮಂದಿ ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆಗುತ್ತಿದೆ. ೬೫% ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿರತೆ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ೭೮% ಮಂದಿ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪನಾಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಗೊಂಡದ್ದು, ೬೩% ಮಂದಿ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವುದು ಹೌದು ಎಂದಿರುವುದು ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶವಾಗಿದೆ. ದೈಹಿಕ, ಮಾನಸಿಕ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ, ಏಕಾಗ್ರತೆ, ಸ್ಮರಣಾಶಕ್ತಿ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಪೂರಕವಾಗುವ ಅಂಶಗಳಾಗಿದೆ. ಯೋಗದಿಂದ ಇದನ್ನು ಹೊಂದಲು ಸಾಧ್ಯ ಎನ್ನುವುದು ಉತ್ತಮ ಫಲಿತಾಂಶವಾಗಿದೆ.

15. ತರಬೇತಿಯ ಕೇಂದ್ರ ಬಿಂದು ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಕರ ಕುರಿತು ೫೩% ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದಿಗಳು ಯೋಗ ತರಬೇತುದಾರರ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮ ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು, ೩೧% ಮಂದಿ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು ಎನ್ನುವುದು ತರಬೇತಿಯ ಫಲಿತಾಂಶಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿದೆ.

16. ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ತರಬೇತಿ ಸಿಕ್ಕಿದರೆ ಭಾಗವಹಿಸುವುದು ಹೌದು ಎಂದು ೬೨% ಮಂದಿ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿರುವುದು ಯೋಗಾಶಕ್ತಿಯನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

17. ಸಾಧನೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರೇರಣೆಯಾಗುವ ಯೋಗ ವಿದ್ಯೆಯನ್ನು ಇತರರು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ೭೫% ಮಂದಿ ಪ್ರೇರಕರಾಗಬಯಸಿರುವುದು ಬಹಳ ಮಹತ್ವದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಾಗಿದೆ.

18. ನಿತ್ಯ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸ ಮಾಡುವುದು ತುಂಬಾ ಅಗತ್ಯವೆಂದು ೫೦% ಮಂದಿ, ೪೧% ಮಂದಿ ಅಗತ್ಯವಿದೆ ಎನ್ನುವುದು ಒಳ್ಳೆಯ ಯೋಚನೆಯಾಗಿದೆ.

19. ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಪಠ್ಯಕ್ರಮದ ಮೂಲಕ ಯೋಗವನ್ನು ತರಬೇತಿ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ತರಬೇಕೆಂದು ೪೩% ಮಂದಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿರುವುದು ಯೋಗ ಒಂದು ಕಡ್ಡಾಯ ವಿಷಯವಾಗಲಿ ಎನ್ನುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಆದೇ ರೀತಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಆಯ್ಕೆಯ ವಿಷಯವಾಗಿರಲಿ ಎಂದು ೫೧% ಮಂದಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿರುವುದು ಗಮನಾರ್ಹ.

20. ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವು ಯಾವುದೇ ಜಾತಿ ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂದು ೭೮% ಮಂದಿ ಅಭಿಪ್ರಾಯಪಟ್ಟಿರುವುದು ಯೋಗಕ್ಕೆ ಜಾತಿ, ಧರ್ಮದ ನಿರ್ಬಂಧ ಬೇಡ ಎಂಬ ಸೂಚನೆಯಾಗಿದೆ.

ಸಲಹೆ ಸೂಚನೆಗಳು:

ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಪಠ್ಯಕ್ರಮದು ಭೋದನೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೆ ಪಠ್ಯೇತರ ಚಟುವಟುಕೆಯ ಶಿಕ್ಷಣವು ಅಗತ್ಯ ವಿರಾಮದು ಸರ್ವ ಸಮ್ಮತ ವಿಷಯವಾಗಿದೆ. ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನವು ಮನುಷ್ಯನ ಸರ್ವಾಂಗಿನ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಪೂರಕವಾದ ಶಿಕ್ಷಣ ವಾದುದ್ದರಿಂದ. ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಜಾರಿಗೆ ತರುವುದು ಸೂಕ್ತ ಎಂಬುವುದು ಅಧ್ಯಯನದಿಂದ ಕಂಡುಬಂದ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಾಗಿದೆ.

ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನವನ್ನು ಆಳವಡಿಸುವಾಗ ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸೂಕ್ತ ಎನ್ನುವುದು ಅಭಿಪ್ರಾಯ

1. ಶಾಲಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ನಿತ್ಯ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಸ್ಥಳಾವಾಕಾಶ ಮತ್ತು ಸಮಯವಾಕಾಶ ರೂಪಿಸುವುದು.
2. ವೃತಿಪರ ಯೋಗ ತರಬೇತುದಾರರಿಂದ ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಭೋದಿಸುವುದು.
3. ಯೋಗ ಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ಹೆತ್ತವರಿಗೆ ಯಾವುದೇ ತಪ್ಪು ಅಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿದ್ದರೆ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದ ಕುರಿತು ತಿಳಿ ಹೇಳುವುದು.
4. ಯೋಗ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುವುದು.
5. ಪರಿಪೂರ್ಣ ಆರೋಗ್ಯದ ಚಿಂತನೆಯನ್ನು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಮೂಡಿಸುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು.
6. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಗುರಿಸಾಧನೆಗೆ ಬೇಕಾದ ಹೆಚ್ಚುವರಿ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ತರಬೇತುದಾರರು ನೀಡುವುದು.

ಮುಂದಿನ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶಗಳು:

ಯೋಗ ಎಂಬ ಮಹಾಸಾಗರದ ಒಂದು ಬಿಂದುವಿನಿಂದ ಹಿಡಿದು ಎಲ್ಲಾ ಅಯಾಮಗಳಿಂದ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬಹುದು.

ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗದ ಒಂದೊಂದು ಅಂಗಗಳ ತರಬೇತಿಯೊಂದಿಗೆ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಉದಾ: ಒಂದೇ ತರಬೇತಿಯ ಎರಡು ತಂಡಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಒಂದು ತಂಡಕ್ಕೆ ಕೇವಲ, ಯೋಗಾಸನ, ಇನ್ನೊಂದು ತಂಡಕ್ಕೆ ಯೋಗಾಸನ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಧ್ಯಾನದ ತರಬೇತಿ ನೀಡಿ ಫಲಿತಾಂಶದ ವಿಮರ್ಶೆ ಮಾಡಬಹುದು.

ವಯೋಸಹಜ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ದೇಹ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ರಾಸಾಯನಿಕ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಏರು ಇಳಿತಗಳನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಾಲದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ತೋಡಗಿಸಬಹುದು. ಈ ಏರು ಇಳಿತಗಳು ಶಿಕ್ಷಣದ ಮೇಲೆ ಹೇಗೆ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಹುದು ಹಾಗೂ ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣದಿಂದ ಆಗಬಹುದಾದಂತಹ ಪ್ರಯೋಜನಗಳನ್ನು ವಿಮರ್ಶಿಸಬಹದು.

ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಗೊಳಿಸಿ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬಹುದು

ಯೋಗ ದರ್ಶನಗಳ ಕುರಿತು ವಿಮರ್ಶನಾತ್ಮಕ ಅಧ್ಯಯನವನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು ಇದು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಪ್ರಗತಿಗೆ ಬೇಕಾದ ಮೂಲ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಒದಗಿಸಬಹುದು.

ಜ್ಞಾನಿಗಳ ಸಂದೇಶ,ದಾಸರ ಪದಗಳು, ಸಾಹಿತಿಗಳ ಕಾವ್ಯ, ಚಿಂತಕರ ಲೇಖನಗಳ ಹಾಗೂ ಯೋಗಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿದ ಯೋಗ ಗುರುಗಳ ಹಾಗೂ ಯೋಗ ಸಾಧಕರ ಕುರಿತು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬಹುದು.

ಯೋಗದ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಪ್ರಕಾರಗಳ (Schools of Yoga) ಅಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬಹುದು

ಸಮಾರೋಪ:

ಮಾನವನು ನಿಸರ್ಗದ ಒಂದು ಕೂಸು. ತನ್ನ ಸುತ್ತಲಿನ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸೌಂದರ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಾ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಂತವನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕು. ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಚಿಂತನೆ ಮಾಡುವಾಗ ಬಾಹ್ಯ ಸಂಪತ್ತಿನ ಚಿಂತನೆಗಿಂತ ಅಂತರಿಕ ಸಂಪತ್ತು ಅಂದರೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಅಂತರಾತ್ಮವನ್ನು ಅರಿಯುವ ಒಂದು ಜಿಜ್ಞಾಸೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಈ ರೀತಿಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಶ್ರೇಷ್ಠತೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಶಿಕ್ಷಣವು ಕೇವಲ ಬಾಹ್ಯ ಸಂಪತ್ತನ್ನು ಹೊಂದುವ ಒಂದು ಯಾಂತ್ರಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ತರಬೇತಿಯಾಗಿರದೆ, ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಅರ್ಪಣಾ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಾಗಬೇಕು. ಆರೋಗ್ಯವೇ ಸಂಪತ್ತು ಎಂಬ ಜ್ಞಾನ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರು ಹೊಂದುವಂತಾಗಲಿ ಎಂದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಅಶಯವಾಗಿರಲಿ, ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಯುವ ಜನತೆಯಿಂದ, ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಸಮಾಜಿಕ, ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಯುವಜನತೆ ಮತ್ತು ಸಮಾಜದಿಂದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಪಥ ವೇಗವಾಗಿ ನಡೆಯಲಿ ಎಂಬುವುದೇ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಚಿಂತನೆಯಾಗಲಿ, ಅಂತೂ 2020ರ ವೇಳೆಗೆ ಭಾರತವು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಿದ ದೇಶವಾಗಿ ಮೂಡಿಬರಲಿ ಎಂಬುವುದೇ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಕನಸಾಗಿದೆ. ಆ ಕನಸು ಸಾಕಾರವಾಗಲಿ!

ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಯೋಗ ವಿಜ್ಞಾನದ ಪಾತ್ರ ಒಂದು ಅಧ್ಯಯನ

ಸೂಚನೆ: ಈ ಕೆಳಗಿನ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ನಿಮಗೆ ಅನ್ವಯಿಸುವ ಉತ್ತರದ ಮುಂದೆ ( )ಗುರುತು ಹಾಕಿ ಉತ್ತಿರಿಸಿ:

ಹೆಸರು: ---: (ಇಚ್ಛಿಸಿದರೆ)

1) ವಯಸ್ಸು (ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ)
   ಅ) 15ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ [ ]
   ಆ) 15–20 [ ]

2) ತರಗತಿ
   ಅ) 8ನೇ ತರಗತಿ [ ]
   ಆ) 9ನೇ ತರಗತಿ [ ]
   10ನೇ ತರಗತಿ [ ]

3) ಕುಟುಂಬದ ಮಾಸಿಕ ಆದಾಯ
   ಅ) ರೂ. 3000ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ [ ]
   ಆ) ರೂ. 3000–ರೂ. 5000 [ ]
   ಇ) ರೂ. 5000–ರೂ. 7000 [ ]
   ಉ) ರೂ. 7000 ಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು [ ]

4) ಲಿಂಗ
   ಅ) ಗಂಡು : [ ] ಹೆಣ್ಣು : [ ]

5) ವಾಸ್ತವ್ಯದ ವಿಳಾಸ:

6) ಧರ್ಮ
   ಅ) ಹಿಂದು [ ]
   ಆ) ಮುಸ್ಲಿಂ [ ]
   ಇ) ಕ್ರಿಶ್ಚಿಯನ್ [ ]

7) ಶಾಲೆಯ ಪರಿಸರ

ಅ) ನಗರ [ ]

ಆ) ಗ್ರಾಮೀಣ [ ]

8) ಮೊದಲು ಯೋಗ ಅಭ್ಯಾಸದ ಅನುಭವ ಇತ್ತೆಯೆ?

ಅ) ನಿತ್ಯ ಅಭ್ಯಾಸ [ ]
ಆ) ಅಪರೂಪದ ಅಭ್ಯಾಸ [ ]
ಇ) ಮಾಡಿಯೇ ಇಲ್ಲ [ ]

9) ಯೋಗದ ತಿಳಿವಳಿಕೆ ಇತ್ತೇ

ಅ) ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇತ್ತು [ ]

ಆ) ತಿಳುವಳಿಕೆ ಇಲ್ಲ [ ]

10) ನೀವು ಯಾಕೆ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದೀರಿ

1. ಬಲವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು 2. ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು

3. ನಿರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ 4. ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ

5. ಬಲವಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ

(ನಿಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆಯ ಅಂಕೆಯನ್ನು ನಮೂದಿಸಿ)

ಅ) ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಾಧ್ಯ [ ]

ಆ) ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಉತ್ತಮ ಪಡಿಸಲು [ ]

ಇ) ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳ [ ]

ಈ) ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸಲು [ ]

ಉ) ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಸಾಧನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಲು [ ]

11) ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯು ನಿಮ್ಮ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಗೆ ಯಾವ ರೀತಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ.

1) ತುಂಬಾ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ [ ]
2) ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತಿದೆ [ ]
3) ನಿರ್ಧಾರವಾಗಿಲ್ಲ [ ]
4) ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿಲ್ಲ [ ]
5) ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ [ ]

12) ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಿಂದಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಗಮನಾರ್ಹ ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಿದೆ ಎಂದು ನಿಮಗೆ ಅನಿಸುತ್ತಿದೆಯ

ಹೌದು [ ]
ಇಲ್ಲ [ ]

13) ಬದಲಾವಣೆ ಆಗಿದ್ದರೆ ಯಾವ ರೀತಿಯ ಬದಲಾವಣೆ

ಅ)ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ

ಹೌದು [ ]
ಇಲ್ಲ [ ]

ಆ) ದೈಹಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಆಗುತ್ತಿದೆ

ಹೌದು [ ]
ಇಲ್ಲ [ ]

ಇ) ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿರತೆ ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿ ಉತ್ತಮಗೊಂಡಿದೆ

ಹೌದು [ ]
ಇಲ್ಲ [ ]

ಈ) ಏಕಾಗ್ರತೆ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾಪಕ ಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಗೊಂಡಿದೆ

ಹೌದು [ ]
ಇಲ್ಲ [ ]

ಉ) ಅಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಅನುಭವ ಹೊಂದುತ್ತಿದ್ದೇನೆ

ಹೌದು [ ]
ಇಲ್ಲ [ ]

14) ಯೋಗ ತರಬೇತಿದಾರರ ತರಬೇತಿ ಕ್ರಮದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯ

1) ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು [ ] 2) ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು [ ]
3) ಸಾಧಾರಣ [ ] 4) ಇಷ್ಟವಾಗಿಲ್ಲ [ ]
5) ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ [ ]

ಅ) ಯೋಗ ಜ್ಞಾನದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ

1) ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು [ ] 2) ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು [ ]
3) ಸಾಧಾರಣ [ ] 4) ಇಷ್ಟವಾಗಿಲ್ಲ [ ]
5) ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ [ ]

ಆ) ಯೋಗ ಅಭ್ಯಾಸದ ಬಗ್ಗೆ ವಿವರಣೆ
1) ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು [ ] 2) ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು [ ]
3) ಸಾಧಾರಣ [ ] 4) ಇಷ್ಟವಾಗಿಲ್ಲ [ ]
5) ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ [ ]

ಇ) ಸಂಶಯ ನಿವಾರಣೆ
1) ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು [ ] 2) ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು [ ]
3) ಸಾಧಾರಣ [ ] 4) ಇಷ್ಟವಾಗಿಲ್ಲ [ ]
5) ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ [ ]
ಈ) ಸಮಯ ಪಾಲನೆ
1) ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು [ ] 2) ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು [ ]
3) ಸಾಧಾರಣ [ ] 4) ಇಷ್ಟವಾಗಿಲ್ಲ [ ]
5) ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ [ ]
ಉ) ತರಬೇತಿಯ ಶೈಲಿ
1) ತುಂಬಾ ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು [ ] 2) ಉತ್ತಮವಾಗಿತ್ತು [ ]
3) ಸಾಧಾರಣ [ ] 4) ಇಷ್ಟವಾಗಿಲ್ಲ [ ]
5) ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ [ ]

15) ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯ ಮುಂದುವರಿದ ಅಭ್ಯಾಸವು ಅಗತ್ಯವೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತಿದೆಯ

ಅ) ತುಂಬಾ ಅಗತ್ಯವಿದೆ [ ]

ಆ) ಅಗತ್ಯ ಇದೆ [ ]

ಇ) ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ [ ]

ಈ) ಅಗತ್ಯ ಇಲ್ಲ [ ]

ಉ) ಈಗಿರುವ ಕ್ರಮ ಸರಿಯಾಗಿದೆ [ ]

16) ಇದೇ ರೀತಿಯ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಅವಕಾಶ ಸಿಕ್ಕಿದರೆ ನೀವು ಭಾಗವಹಿಸುವಿರಾ

ಹೌದು [ ]
ಇಲ್ಲ [ ]

17) ಇದೇ ರೀತಿಯ ತರಬೇತಿಯಲ್ಲಿ ಇತರರು ಭಾಗವಹಿಸಲು ಪ್ರೇರಕರಾಗುವಿರಾ

ಹೌದು [ ]
ಇಲ್ಲ [ ]

18) ಇದೇ ತರಬೇತಿದಾರರು ಮುಂದೆ ಆಯೋಜಿಸುತ್ತಿರುವ ಯೋಗ ಅಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವಿರಾ

ಹೌದು [ ]
ಇಲ್ಲ [ ]

19) ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಯಾವ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಆಚರಣೆಗೆ ತರಬೇಕೆಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತೀರಾ

ಅ) ಪಠ್ಯ ಕ್ರಮದ ಮೂಲಕ [ ]
ಆ) ಆಯ್ಕೆಯ ವಿಷಯವಾಗಿ [ ]
ಇ) ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ [ ]
ಈ) ಬೇಡವೆನ್ನುತ್ತೇನೆ [ ]
ಉ) ಬಲವಾಗಿ ವಿರೋದಿಸುತ್ತೇನೆ [ ]

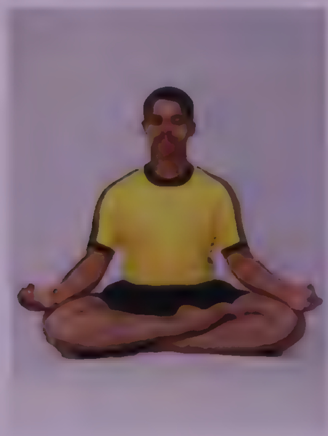
20) ಯೋಗ ಶಿಕ್ಷಣವು ಒಂದು ಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಸೀಮತವಾದದ್ದು ಎಂದು ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯವೇ

ಹೌದು [ ]
ಅಲ್ಲ [ ]
ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ [ ]

21) ಯೋಗ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಉತ್ತಮ ಗೊಳಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ಸಲಹೆ ಈಗಿರುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಸೂಚನೆ

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಯೋಗ ತರಬೇತಿಗೊಳಿಸಿದ ಕ್ರಿಯೆ, ಆಸನಗಳು, ಮುದ್ರಾ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಧ್ಯಾನ, ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಕ್ರಿಯೆಗಳ ಅಭ್ಯಾಸ ಕ್ರಮ

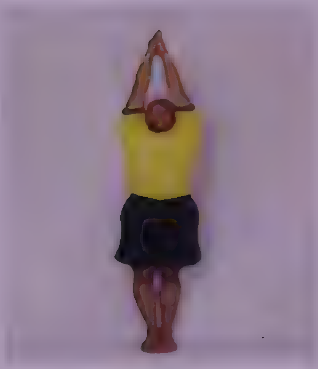

ಪ್ರಾರ್ಥನೆ


ಸ್ವಸ್ತಿಕಾಸನ


ಕಪಾಲಭಾತಿ


ವಜ್ರಾಸನ


ಸುಪ್ತ ವಜ್ರಾಸನ


ತಾಡಾಸನ


ಸೂರ್ಯನಮಸ್ಕಾರ


ತ್ರಿಕೋನಾಸನ


ಪಾರ್ಶ್ವಕೋನಾಸನ

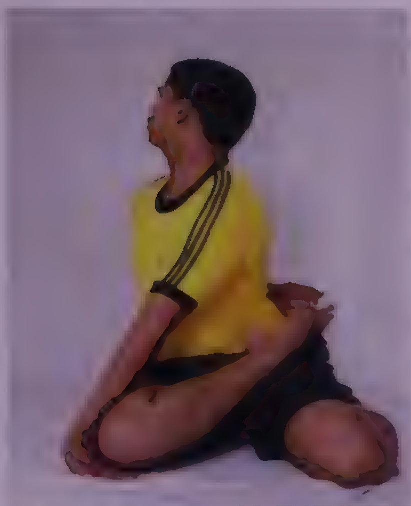

ಪೂರ್ವೋತ್ತಾನಾಸನ


ಪವನಮುಕ್ತಾಸನ


ಭುಜಂಗಾಸನ


ಶಲಬಾಸನ


ಧನುರಾಸನ



ಭರದ್ವಾಜಸನ



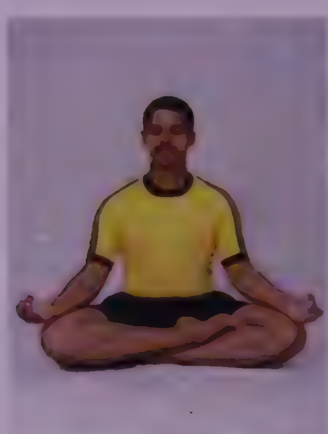
ವಿಪರೀತಕರಣೆ ಮುದ್ರಾ



ಉತ್ತಾನ ಪಾದಾಸನ



ಶವಾಸನ 1



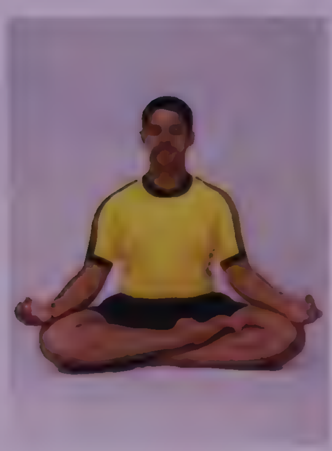
ಉಜ್ಜಾಯಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ



ಅನುಲೋಮ ವಿಲೋಮ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ



ಭ್ರಾಮರಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ



ಪ್ರಣವ ಧ್ಯಾನ



ಶವಾಸನ 2. (ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಕ್ರಿಯೆ)

ಯೋಗ ತರಬೇತಿ ನೀಡಿದ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಭಾವ ಚಿತ್ರ



ಲೂರ್ಡ್ಸ್ ಪ್ರೌಢ ಶಾಲೆ ಮಂಗಳೂರು (ಕನ್ನಡ ಮಾಧ್ಯಮ)

ಆಕಾರ ಗ್ರಂಥಗಳು

1. "ಯೋಗ ದೀಪಿಕಾ" ಬಿ.ಕೆ.ಎಸ್. ಐಯ್ಯಂಗಾರ್‌ರವರ Light on Yoga ಆಂಗ್ಲ ಗ್ರಂಥದ ಅನುವಾದ. ಅನುವಾದಕರು ಪ್ರೊ ಬಿ. ಭೀಮಸೇನರಾವ್ ಪ್ರಕಾಶಕರು ವೀವೆಕಾನಂದ ಕೇಂದ್ರ ಪ್ರಕಾಶನ ಟ್ರಸ್ಟ್ 5, ಸಿಂಗರಾಚಾರಿ ಸ್ಟ್ರೀಟ್, ಚೆನ್ನೈ –05.
2. ಬಿ.ಕೆ.ಎಸ್ ಐಯ್ಯಂಗಾರ್ ರವರ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ದೀಪಿಕಾ, ಅನುವಾದಕರು ಕೆ.ಎಸ್. ನಾಗರಾಜ್, ಕೆ.ಎಸ್. ರಾಮಚಂದ್ರ, ಪ್ರಕಾಶಕರು, ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಿಂಧು ಪ್ರಕಾಶನ, 14/3 ನೃಪತುಂಗ ರಸ್ತೆ, ಬೆಂಗಳೂರು–001.
3. ಯೋಗ ಪ್ರವೇಶ ಅಜಿತ್ ಕುಮಾರ. ಪ್ರಕಾಶಕರು ರಾಷ್ಟ್ರೋತಾನ ಸಾಹಿತ್ಯ "ಕೇಶವ ಶಿಲ್ಪ" ಕೆಂಪೇಗೌಡ ನಗರ ಬೆಂಗಳೂರು–19.
4. ಸ್ವಾಮಿ ಪುರುಷೋತ್ತಮಾನಂದರ "ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಾಗಿ" ಪ್ರಕಾಶಕರು ಅಧ್ಯಕ್ಷರು ಶ್ರೀರಾಮಕೃಷ್ಣ ಆಶ್ರಮ ಯಾದಗಿರಿ ಮೈಸೂರು–19.
5. Research Publication No. 2 "Clinical Research Profile" Published by Central Council for Research in Yoga & Naturopathy Janki Puri Newdelhi.
6. ಎಸ್ ವೆಂಕಟೇಶ್ವರನ್ ರವರ "ಶಿಕ್ಷಣದ ಸಿದ್ದಾಂತಗಳು" ವಿಕಾಸ ಪಬ್ಲಿಷಿಂಗ್ ಹೌಸ್ ಪ್ರೈವೆಟ್ ಲಿಮಿಟೆಡ್ ಬೆಂಗಳೂರು.